

NOVEMBER 2022

Liahona

Visar oss alla vägen till Jesus Kristus

GENERALKONFERENSTAL



President Nelson: Övertunn
världen genom Jesus Kristus

Talarna betonar
lärjungeskapets välsignelser

18 nya tempel
tillkännagivna



"Det finns hopp i Herren Jesus Kristus. Det finns hopp för alla i det här livet. Det finns hopp om att övervinna våra misstag, våra sorger, våra svårigheter och våra prövningar och våra besvär. Det finns hopp i omvändelse och i att bli förlåten och i att förlåta andra. Jag vittnar om att det finns hopp och frid i Kristus. Han kan bära oss i dag genom svåra tider. Han gjorde det för de tidiga pionjärerna och han gör det nu för var och en av oss."

– president M. Russell Ballard, "Att följa Jesus Kristus med steg i tro"

Innehållsförteckning november 2022

Årgång 146 • Nummer 11

Lördagens förmiddagsmöte

- 6 **Hjälp åt fattiga och nödlidande**
President Dallin H. Oaks
- 9 **Jesus Kristus är ungdomarnas styrka**
Äldste Dieter F. Uchtdorf
- 13 **Vi får se mer av Jesus Kristus i våra liv**
Syster Tracy Y. Browning
- 16 **Ett ramverk för personlig uppenbarelse**
Äldste Dale G. Renlund
- 20 **Låt vårt normala vara att göra gott**
Äldste Rafael E. Pino
- 22 **Kärlekens eviga princip**
Äldste Hugo Montoya
- 25 **I dag**
Äldste Ronald A. Rasband
- 29 **Vad är sant?**
President Russell M. Nelson

Lördagens eftermiddagsmöte

- 31 **Röstning på kyrkans generalauktoriteter, områdessjuttio och generalämbetsmän**
President Henry B. Eyring
- 33 **Att följa Jesus Kristus med steg i tro**
President M. Russell Ballard
- 36 **Huvudprydnad i stället för aska: Förlåtelsens helande stig**
Syster Kristin M. Yee
- 39 **Bli fullkomnade i honom**
Äldste Paul V. Johnson
- 42 **I partnerskap med Herren**
Äldste Ulisses Soares
- 46 **De ville se vem Jesus var**
Äldste James W. McConkie III
- 50 **Bygg ett liv som är motståndskraftigt mot den onde**
Äldste Jorge F. Zaballos
- 53 **Läran om samhörighet**
Äldste D. Todd Christofferson

Lördagens kvällsmöte

- 57 **Vårt jordiska förvaltarskap**
Biskop Gérald Caussé
- 60 **Helhjärtade**
Syster Michelle D. Craig
- 67 **Är du fortfarande villig?**
Äldste Kevin W. Pearson
- 70 **Mod att förkunna sanningen**
Äldste Denelson Silva
- 73 **Närma dig Frälsaren**
Äldste Neil L. Andersen

Söndagens förmiddagsmöte

- 77 **Upplyft på korset**
Äldste Jeffrey R. Holland
- 80 **Hans ok är mildt och hans börd är lätt**
Syster J. Anette Dennis
- 83 **Lyckliga och för evigt**
Äldste Gerrit W. Gong
- 86 **Lärjungeskapets mönster**
Äldste Joseph W. Sitati
- 89 **Ett lärjungeskap som varar**
President Steven J. Lund
- 92 **Klä dig i din styrka, Sion**
Äldste David A. Bednar
- 95 **Övervinn världen och finn ro**
President Russell M. Nelson

Söndagens eftermiddagsmöte

- 99 **Ett arv av uppmuntran**
President Henry B. Eyring
- 101 **Svaret är Jesus**
Äldste Ryan K. Olsen
- 104 **Att de känner dig**
Äldste Jonathan S. Schmitt
- 108 **Ordets kraft**
Äldste Mark D. Eddy
- 111 **Vårda och bär ditt vittnesbörd**
Äldste Gary E. Stevenson
- 114 **Allt svårt förmår vi i honom**
Äldste Isaac K. Morrison
- 117 **Var trofast mot Gud och hans verk**
Äldste Quentin L. Cook
- 121 **Fokusera på templet**
President Russell M. Nelson
- 64 **Generalauktoriteter och generalämbetsmän i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga**
- 123 **Kyrkonytt**
- 127 **Kom och följ mig – undervisa om, lär dig av och tillämpa budskap från generalkonferensen**



Tahiti.

Den 192:a halvårskonferensen

Lördagens förmiddagsmöte, 1 oktober 2022

Mötesledare: President Henry B. Eyring
Inledningsbön: Äldste David P. Homer
Avslutningsbön: Äldste Taylor G. Godoy
Musik av Tabernacle Choir at Temple Square;
Mack Wilberg och Ryan Murphy, dirigenter;
Brian Mathias och Richard Elliott, organister: "In
Hymns of Praise", *Hymns*, nr 75; "Led oss fram,
o himlens Herre", *Psalmer*, nr 45, arr. Wilberg;
"Have I done any good?" *Hymns*, nr 223, arr.
Zabriskie; "O fröjda dig, du jord", *Psalmer*, nr 37;
"Brightly Beams Our Father's Mercy", *Hymns*,
nr 335, arr. Murphy; "Allt liv på jord till Herren
sjung", *Psalmer*, nr 33, arr. Wilberg.

Lördagens eftermiddagsmöte, 1 oktober 2022

Mötesledare: President Dallin H. Oaks
Inledningsbön: Äldste Takashi Wada
Avslutningsbön: Äldste Hans T. Boom
Musik av en missionärskör; Ryan Eggett,
dirigent; Joseph Peeples och Andrew Unsworth,
organister: "Vi har valt att tjäna", *Psalmer*, nr 172,
arr. Wilberg; "Varje steg ett steg i tro", Dayley, arr.
Kasen; "Ära ske Gud i höjd", *Psalmer*, nr 43; "Kan-
hända ej uppå stormigt hav", *Psalmer*, nr 178,
arr. Schank; "Israels hopp", *Psalmer*, nr 169, arr.
Schank.

Lördagens kvällsmöte, 1 oktober 2022

Mötesledare: President Dallin H. Oaks
Inledningsbön: Äldste Mathias Held
Avslutningsbön: President Susan H. Porter
Musik av en barn- och ungdomskör från South
Jordan, Utah; Alison Unsworth, dirigent; Linda
Margetts och Andrew Unsworth, organister:
"Come, Rejoice", *Hymns*, nr 9, arr. Unsworth; "Jag
vet att han älskar mig", Creamer och Bell, arr.
Murphy; "Han kommer, Förlösaren för Israels
hus", *Psalmer*, nr 5; "O du salighetens klippa",
Psalmer, nr 151, arr. Kasen.

Söndagens förmiddagsmöte, 2 oktober 2022

Mötesledare: President Henry B. Eyring
Inledningsbön: Äldste Weatherford T. Clayton.
Avslutningsbön: President Bonnie H. Cordon
Musik av Tabernacle Choir at Temple Square;
Mack Wilberg, dirigent; Richard Elliott och Brian
Mathias, organister: "Hur stort och hur skönt",
Psalmer, nr 180; "With Songs of Praise", *Hymns*,
nr 71, arr. Wilberg; "Du kan sprida himmelskt
ljus", *Psalmer*, nr 158, arr. Wilberg; "Tack, Gud,

att profeter du sänder", *Psalmer*, nr 10; "O visdom
stor, o kärleks nåd", *Psalmer*, nr 124, arr. Wilberg;
"Låt oss sträva fram", *Psalmer*, nr 166, arr. Elliott.

Söndagens eftermiddagsmöte, 2 oktober 2022

Mötesledare: President Dallin H. Oaks
Inledningsbön: Broder Bradley R. Wilcox
Avslutningsbön: Äldste Jorge M. Alvarado
Musik av Tabernacle Choir at Temple Square;
Mack Wilberg och Ryan Murphy, dirigenter;
Andrew Unsworth och Joseph Peeples, organ-
ister: "Det är solsken i min själ i dag", *Psalmer*,
nr 157, arr. Wilberg; "Min himmelske Fader
älskar mig", *Barnens sångbok*, s. 16–17, arr.
Murphy; "Kom, låt oss nu glädjas", *Psalmer*, nr 3;
"Gud var' med dig tills vi möts igen", *Psalmer*,
nr 107.

Konferenstal finns tillgängliga

Generalkonferenstal finns tillgängliga digitalt i
appen Evangeliebiblioteket och på conference.
ChurchofJesusChrist.org. Information om
tillgängliga format av generalkonferenstalen för
medlemmar med funktionsnedsättning finns på
disability.ChurchofJesusChrist.org.

På omslaget

Framsida: *Han leder mig*, av Yongsung Kim
Baksida: Foto: Mason Coberly

Konferensfoton

Fotografierna i Salt Lake City togs av Cody Bell,
Mason Coberly, Leslie Nilsson, Cristy Powell och
Hunter McCall Winterton. Övriga fotografier:
Andrea Ahedo, Benson Arudo, Janae Bingham,
Shirley Brito, Fernando J. Calderón, Clayton
Chan, Randy Collier, Rodrigo Almeida da Silva,
Kristin Grunauer, Cinthia E. Herrera, Niel
Kabiling, Ashlee Larsen, Bárbara Leite, Kevin
Luna, Amelia Lyon, Daniel Martínez, Melanie
Miza, Ebick Ngoma, Sayaka Okubo, Yvonne
O'Riordan, Miguel Pachas, Danna Phillips,
Valisoa Rakotomanana, Nathan Reid, Patrick I.
Reid, Helen Rose, Stéphane Sayeb, Niko Serey,
Abe Silvennoinen, Carolina Triana, och Ntebaleng
Twala.

Alla bilder utan bildtext togs i konferen-
scentret eller på Temple Square i Salt Lake City.



Brasilien.

NOVEMBER 2022 ÄRGÅNG 146 NUMMER 11
LIAHONA 18300 180

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: Randall K. Bennett

Biträdande redaktör: Ricardo P. Giménez

Rådgivare: Jan E. Newman, Michael T. Ringwood, Kristin M. Yee

Verkställande chef: Richard I. Heaton

Chef för kyrkans tidskrifter: Aaron Johnston

Chef för förlagsverksamheten: Lee Gibbons

Verksamhetschef: Garff Cannon

Redaktionschef: Adam C. Olson

Biträdande redaktionschefer: Brittany Beattie, Ryan Carr, C. Matthew Flitton, Mindy Selu

Publikationsassistent: Nancy Sutton

Medredaktörer: Garrett H. Garff, Chakell Wardleigh Herbert, Michael R. Morris, Alison R. Wood

Redaktionspraktikanter: Joel B. Randall, Xóchitl Bott Rivera

Art director: Tadd R. Peterson

Design: Fay P. Andrus, David Green, Colleen Hinkley, Eric P. Johnsen, Scott M. Mooy

Designpraktikant: Ashley Skinner

Samordnare av immateriella rättigheter: Priscilla Biehl Motta

Produktionschef: Ammon Harris

Produktion: Ira Glen Adair, Julie Burdett, José Chavez, Zane R. Gray II, Bryan W. Gygi, Michelle Proctor, Marrisona M. Smith, Rohn Solomon

Tryckerichef: Steven T. Lewis

Distributionschef: Nelson Gonzalez

Postadress: *Liahona*, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

Liahona (ett ord i Mormons bok som betyder "kompass" eller "vägvisare") publiceras på albanska, armeniska, bislama, bulgariska, cebuano, danska, engelska, estniska, fiji, finska, franska, grekiska, indonesiska, isländska, italienska, japanska, khmer, kinesiska, 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.)

© 2022 by Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Printed in the United States of America.

Copyrightinformation: Om inget annat anges får material från *Liahona* kopieras för personligt, icke kommersiellt bruk (inklusive för kyrkans ämbeten). Den här rättigheten kan upphävas när som helst. Visuellt material får inte kopieras om restriktioner för detta anges intill bildmaterialet. 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: November 2022 Vol. 146 No. 11. *LIAHONA* (USPS 311-480) English (ISSN 1080-9554) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA. USA subscription price is \$10.00 per year, Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue, old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below.

Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (American Express, Discover, MasterCard, Visa) may be taken by phone or at store.ChurchofJesusChrist.org. (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)

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

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



England.

Talarregister

Andersen, Neil L., 73
Ballard, M. Russell, 33
Bednar, David A., 92
Browning, Tracy Y., 13
Causse, Gérald, 57
Christofferson, D. Todd, 53
Cook, Quentin L., 117
Craig, Michelle D., 60
Dennis, J. Anette, 80
Eddy, Mark D., 108
Eyring, Henry B., 99
Gong, Gerrit W., 83
Holland, Jeffrey R., 77
Johnson, Paul V., 39
Lund, Steven J., 89
McConkie III, James W., 46
Montoya, Hugo, 22
Morrison, Isaac K., 114
Nelson, Russell M., 29, 95, 121
Oaks, Dallin H., 6
Olsen, Ryan K., 101
Pearson, Kevin W., 67
Pino, Rafael E., 20
Rasband, Ronald A., 25
Renlund, Dale G., 16
Schmitt, Jonathan S., 104
Silva, Denelson, 70
Sitati, Joseph W., 86
Soares, Ulisses, 42
Stevenson, Gary E., 111
Uchtdorf, Dieter F., 9
Yee, Kristin M., 36
Zeballos, Jorge F., 50

Ämnesregister

Bud, 13
Bön, 20
Dygd, 108
Döma, 80
Enighet, 42, 53
Familjen, 42
Fattigdom, 6
Frestelse, 50
Frid, 95
Frälsningsplanen, 57
Förberedelse, 50
Förbund, 53, 60, 73, 92, 95
Förlåtelse, 36, 46, 83
Förrättningar, 83
Försoningen, 39, 77, 83, 117
Föräldraskap, 42, 57
Helige Anden, den, 16, 67, 73
Helighet, 104
Hopp, 99, 104
Humanitär hjälp, 6
Ilska, 117
Insamling, 53
Jesus Kristus, 9, 13, 22, 25, 33, 36, 39, 46, 53, 60, 67, 73, 77, 80, 83, 86, 95, 99, 101, 104, 108, 111, 121
Joseph Smith, 33, 111
Kraft, 95
Kristi andra ankomst, 73
Kristi ljus, 6
Kristuslik kärlek, 80, 99
Kärlek, 22, 42, 57, 80, 86
Liknelser, 92
Lycka, 83
Läkeedom, 36, 39, 46, 83
Lärjungenskap, 13, 20, 46, 60, 67, 70, 73, 77, 86, 89, 92, 104, 114
Miljön, 57

Missionsarbete, 25, 33, 70, 101
Mod, 70
Mormons bok, 25, 70, 108
Motgångar, 22, 33, 50, 60, 77, 80, 95, 99, 101, 114
Mångfald, 53
Normer, 9
Nåd, 39
Omvändelse, 83, 89, 117
Pionjärer, 33
Prioriteringar, 92
Profeter, 16
Rädsla, 111
Sakramentet, 20, 67
Saktmod, 99
Sanning, 9, 29, 70
Satan, 50
Sion, 53
Skapelsen, 57
Skrifterna, 16, 46, 108
Skriftstudier, 20, 108
Släktforskning, 20
Stödverksamhet, 8
Tempel, 121
Tempeltjänst, 20, 83
Tillhörighet, 53
Tjänande, 6, 53, 86
Traditioner, 20
Tro, 33, 46, 60, 89, 99, 111, 114
Ungdomar, 9, 89, 101
Uppenbarelse, 16
Uppoffringar, 53, 77
Uthållighet, 89, 99, 114
Val, 9
Vittnesbörd, 13, 111, 117
Världslighet, 92, 95
Äktenskap, 42
Ödmjukhet, 86
Övergrep, 29, 117



Höjdpunkter från den 192:a halvårskonferensen



Temple Square var fridfullt under kyrkans 192:a halvårskonferens. Ljudet från byggandet och den seismiska anpassningen av det historiska Salt Lake-templet pausades.

Men en annat slags frid fyllde våra hem och hjärtan när vi pausade världens ljud för att lyssna på levande profeter och apostlar.

”Från denna talarstol i dag och i morgon kommer ni att få fortsätta höra sanning”, sa president Russell M. Nelson med den karaktäristiska glimten i ögat. ”Fråga Herren i bön om han kan bekräfta att det ni har hört är sant” (se s. 29).

Under hela konferensen undervisade talarna om vittnesbördstärkande sanningar, bland annat om att ingå och hålla heliga förbund (se s. 95 och

73), ta emot personlig uppenbarelse (se s. 16) och lärjungeskap (se s. 77).

”När ni gör det till högsta prioritet att ständigt stärka era vittnesbörd om Jesus Kristus”, sa president Nelson, ”bör ni vara uppmärksamma på att underverk kommer att ske i era liv” (se s. 95).

När generalkonferensen var över återupptogs arbetet med Salt Lake-templet. Arbeta eller förberedelser påbörjades också på de 125 tempel runt om i världen som tillkännagetts eller håller på att byggas. Det här innefattar nu 18 nya tempel som president Nelson tillkännagav under konferensens sista möte (se s. 121).

”[Herren] gör sina tempel mer tillgängliga”, sa president Nelson. ”Han ökar takten på vårt byggande

av tempel. Han stärker vår förmåga att samla Israel” (se s. 121). ■

DELA MED DIG AV DINA UPPLEVELSER TILL OSS!

”När ni vet detta, saliga är ni om ni också gör det” (Johannes 13:17).

Vi vill höra hur du välsignas av att tillämpa det du lär dig av generalkonferensen.

- Vad lärde du dig?
- Hur tillämpar du det?
- Hur har du välsignats av att tillämpa det?

Din berättelse kan hjälpa andra att se välsignelserna av att tillämpa de här sanningarna i sina egna liv. Skicka dina upplevelser med e-post till liahona@ChurchofJesusChrist.org.



President Dallin H. Oaks

förste rådgivare i första presidentskapet

Hjälp åt fattiga och nödlidande

Jesu Kristi kyrka är angelägen om att tjäna de behövande, och även angelägen om att samarbeta med andra i det arbetet.

Bröder och systrar, vår älskade president Russell M. Nelson talar till oss senare under det här mötet. Han har bett mig att vara den förste talaren.

Mitt ämne i dag gäller det som Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga och dess medlemmar ger och gör för de fattiga och nödlidande. Jag vill också tala om liknande givmildhet hos andra goda människor. Att ge till behövande är en princip inom alla abrahamitiska religioner, och även inom andra trosinriktningar.

För några månader sedan rapporterade Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga för första gången omfattningen av vårt humanitära arbete runt om i världen.¹ Våra utgifter under 2021 för behövande i 188 länder i världen uppgick till 906 miljoner dollar – nästan en miljard dollar. Utöver det bidrog våra medlemmar med över 6 miljoner arbetstimmar i samma syfte.

Dessa summor är naturligtvis en ofullständig rapport om vårt givande och vår hjälp. De omfattar inte det personliga tjänande som våra medlemmar utför enskilt för varandra i ämbeten och frivilligt tjänande

medlemmar emellan. Och vår rapport för 2021 nämner inte det våra medlemmar gör enskilt via otaliga välgörenhetsorganisationer som inte är formellt anslutna till vår kyrka. Jag börjar med dessa.

1831, mindre än två år efter det att den återställda kyrkan hade organiserats, gav Herren denna uppenbarelse för att vägleda dess medlemmar och, enligt min uppfattning, alla sina barn runt om i världen:

”För se, det är inte lämpligt att jag ska befalla i allt, för den som är tvingad till allt, han är en lat och oförständig tjänare ...

Sannerligen säger jag: Människorna ska verka med iver för en god sak och göra mycket av egen fri vilja och åstadkomma mycket rättfärdighet.

För inom dem finns kraften varigenom de kan handla av sig själva. Och i den mån som människor gör gott ska de på intet sätt mista sin lön.”²

Under mer än 38 år som apostel och mer än 30 år som yrkesarbetande har jag sett många generösa ansträngningar från organisationer och människor av det slag som den

här uppenbarelsen beskriver som ”en god sak” och som ”åstadkomm[er] mycket rättfärdighet”. Det finns oräkneliga exempel på sådant humanitärt tjänande runt om i världen, bortom våra egna gränser och bortom allmän kännedom. När jag begrundar detta tänker jag på profet-kungen Benjamin i Mormons bok, vars predikan omfattade denna eviga sanning: ”När ni är i era medmänniskors tjänst, är ni endast i er Guds tjänst.”³

Välfärd och humanitär hjälp till våra medmänniskor är något som Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga och vi som dess medlemmar undervisar om och praktiserar mycket. Vi fastar till exempel i början av varje månad och bidrar med en summa pengar som åtminstone motsvarar de öatna måltiderna för att hjälpa de behövande i våra församlingar.



USA.

Kyrkan ger enorma bidrag till humanitärt tjänande och andra biståndsverksamheter runt om i världen.

Trots allt som vår kyrka gör direkt, utförs den mesta humanitära hjälpen till Guds barn i världen av människor och organisationer som inte har någon formell koppling till vår kyrka. Som en av våra apostlar konstaterade: ”Gud använder sig av mer än ett folk för att utföra sitt stora och förunderliga verk ... Det är för stort, för svårt, för ett enda folk.”⁴ Som medlemmar i den återställda kyrkan behöver vi vara mer medvetna om och uppskatta andras tjänande mer.

Jesu Kristi kyrka är angelägen om att *tjäna* de behövande, och även angelägen om att *samarbeta* med andra i det arbetet. Vi skänkte nyligen en stor gåva till Förenta nationernas livsmedelsprogram. Under alla de år vi har utfört humanitärt arbete är det två organisationer som har varit våra främsta samarbetspartner: projekt med organisationer inom Röda korset och Röda halvmånen i dussintals länder har försett Guds barn med avgörande hjälp vid naturkatastrofer och i konflikter. Vi har också ett långvarigt samarbete med Catholic Relief Services. Dessa organisationer har lärt oss mycket om världsomfattande hjälpverksamhet.

Vi har också haft framgångsrika samarbeten med andra organisationer, till exempel Muslim Aid, Water for People och IsraAID, för att bara nämna några. Varje humanitär organisation har sina egna specialområden, men vårt gemensamma mål är att lindra lidandet bland Guds barn. Allt detta är en del av Guds verk för hans barn.

Nutida uppenbarelse lär oss att vår Frälsare Jesus Kristus är ”det sanna ljuset som upplyser var och en som



England.

kommer till världen”.⁵ Genom detta blir alla Guds barn upplysta för att kunna tjäna honom och varandra efter bästa kunskap och förmåga.

Mormons bok lär oss att ”allt som inbjuder och lockar till att göra gott, och till att älska Gud och att tjäna honom, [är] inspirerat av Gud”.⁶

Den fortsätter:

”För se, Kristi Ande ges åt varje människa för att hon ska kunna skilja gott från ont. Därför visar jag er hur ni bör döma, för allt som inbjuder till att göra gott och som förmår människor att tro på Kristus kommer genom Kristi kraft och gåva ...

Och nu, mina bröder, ... ni känner till ljuset enligt vilket ni kan döma, det ljus som är Kristi ljus.”⁷

Här följer några exempel på Guds barn som hjälper andra Guds barn med deras livsviktiga behov av mat, medicinsk vård och undervisning:

För tio år sedan startade paret Kandhari, en sikhisk man och hustru i Förenade Arabemiraten, själva ett beaktansvärt program för att mätta de hungriga. Med hjälp av det sikhiska Guru Nanak Darbar-templet serverar de för närvarande över 30 000 vegetariska måltider varje helg till alla som kommer dit, oavsett religion eller ras. Doktor Kandhari förklarar: ”Vi tror att

alla är ett; vi är barn till en Gud, och vi är här för att tjäna mänskligheten.”⁸

Att tillhandahålla medicinsk vård och tandvård till dem som behöver det är ännu ett exempel. I Chicago träffade jag en syrisk-amerikansk intensivvårdsläkare, doktor Zaher Sahloul. Han är en av grundarna av MedGlobal, som organiserar medicinsk personal som vill ge av sin tid, sin förmåga, sina kunskaper och sitt ledarskap för att hjälpa andra i kris-situationer, såsom i kriget i Syrien där doktor Sahloul riskerade livet när han gav läkarvård åt civilpersoner. MedGlobal och liknande organisationer (där många sista dagars heliga yrkeskunniga är involverade) visar att Gud påverkar troende yrkeskunniga till att ge de fattiga den hjälp de behöver över hela världen.⁹

Många osjälviska barn till Gud engagerar sig i undervisning – även detta över hela världen. Ett bra exempel, som vi känner till genom våra humanitära insatser, är det arbete som utförs av en man som kallas herr Gabriel, som har varit flyktning efter flera olika konflikter vid flera tillfällen. Han konstaterade nyligen att hundratusentals flyktningbarn i Östafrika behöver hjälp med att hålla hoppet levande och sinnena aktiva.

Han organiserade andra lärare bland flyktingarna till vad de kallade "trädkolor", där barnen samlades för att ha lektioner i skuggan under ett träd. Han väntade inte på att någon annan skulle organisera eller bestämma, utan ledde själv arbetet som har gett tusentals lågstadiesbarn möjligheten att lära under de påfrestande åren på flykt.

Dessa tre exempel betyder inte nödvändigtvis att allt som sagts och gjorts av organisationer och människor som påstår sig vara goda eller av Gud verkligen är det. Dessa exempel visar dock att Gud inspirerar många organisationer och människor till att göra mycket gott. Det visar även att fler av oss bör uppmärksamma det goda som görs av andra och stödja det när vi har tid och möjlighet att göra det.

Här följer några exempel på tjänande som kyrkan stöder och som våra medlemmar och andra goda människor och organisationer också stöder via personliga donationer av tid och pengar:

Jag börjar med religionsfrihet. När vi stöder detta tjänar vi våra egna intressen, men också andra religioners intressen. Liksom vår förste president



Malaysia.



Joseph Smith lärde: "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."¹⁰

Övriga exempel på den återställda kyrkans humanitära och övriga hjälp som också stöds frivilligt av våra medlemmar, är våra välkända skolor, högskolor och universitet och våra mindre kända men nu offentliggjorda stora donationer för att hjälpa dem som lider av förstörelsen och oredan efter naturkatastrofer såsom tornador och jordbävningar.

Övriga välgörande ändamål som våra medlemmar stöder genom frivilliga donationer och insatser är för många för att ta upp, men att bara nämna dessa få påvisar deras variation och betydelse: bekämpning av rasism och andra fördomar; forskning om hur man förebygger och botar sjukdomar; hjälp till handikappade; stöd till musikorganisationer samt förbättringar av den moraliska och fysiska miljön för alla.

Alla humanitära projekt inom Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga

försöker följa exemplet som utgörs av ett rättfärdigt folk som beskrevs i Mormons bok: "Och på så sätt avvisade de under sina gynnsamma omständigheter ingen som var naken eller som var hungrig eller som var törstig eller som var sjuk ... Och ... de var frikostiga mot alla, både gammal och ung, både träl och fri, både man och kvinna, såväl utanför kyrkan som inom kyrkan."¹¹

Jag vittnar om Jesus Kristus, vars ljus och Ande vägleder alla Guds barn i att hjälpa de fattiga och nödlidande i världen. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNVOTER

1. Se *Caring for Those in Need: 2021 Annual Report of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints* (2022).
2. Lärn och förbunden 58:26–28.
3. Mosiah 2:17.
4. Orson F. Whitney i Conference Report, april 1928, s. 59.
5. Lärn och förbunden 93:2; se även Johannes 1:9.
6. Moroni 7:13.
7. Moroni 7:16, 18.
8. Se "Sikhs and Latter-day Saints in UAE Join for Annual Service Project", nyhetsrum för Mellanöstern, 7 feb. 2022, news.middleeast.churchofjesuschrist.org.
9. Se "Who We Are", MedGlobal, medglobal.org.
10. Trosartiklarna 1:11.
11. Alma 1:30.



Äldste Dieter F. Uchtdorf
i de tolv apostlarnas kворum

Jesus Kristus är ungdomarnas styrka

Förtrösta på Jesus Kristus. Han leder er på rätt väg. Han är er styrka.

När jag förberedde mig för att ge det här budskapet i dag kände jag en stark maning att vända mig till de unga kvinnorna och unga männen.

Jag talar också till dem som en gång har varit unga, även till dem som knappt kommer ihåg det längre.

Och jag talar till alla som älskar våra unga människor och vill att de ska lyckas i livet.

Särskilt till dig i det uppväxande släktet har jag ett budskap från din Frälsare Jesus Kristus.

Frälsarens budskap till dig

Mina kära unga vänner, om Frälsaren var här nu, vad skulle han säga till er?

Jag tror att han skulle börja med att uttrycka sin djupa kärlek till er. Han kanske skulle uttrycka den i ord, men den skulle också flöda så starkt – från hans blotta närvaro – att den inte skulle gå att ta miste på, att den skulle nå djupt in i hjärtat och fylla hela er själ.

Men eftersom vi alla är svaga och ofullkomliga skulle kanske en del oro smyga sig in i ert sinne. Ni skulle kanske minnas misstag ni har gjort, tillfällen då ni gav efter för frestelse, sådant ni önskar att ni inte hade gjort – eller att ni hade gjort bättre.

Frälsaren skulle känna av det, och jag tror att han skulle försäkra er med de ord han har talat i skrifterna:

”Var inte rädd.”¹

”Tvivla inte.”²

”Var vid gott mod.”³

”Låt inte era hjärtan oroas.”⁴

Jag tror inte att han urskuldar era misstag. Han skulle inte bagatellisera dem. Nej, han skulle be er att omvända er – att lämna era synder bakom er, att förändras så att han

kan förlåta er. Han skulle påminna er om att han för 2 000 år sedan tog på sig dessa synder så att ni *skulle kunna* omvända er. Det är en del av lycksalighetsplanen som skänkts oss av vår kärleksfulle himmelske Fader.

Jesus skulle kanske påpeka att era förbund med honom – som ingicks vid dopet och som förnyas varje gång ni tar del av sakramentet – ger er ett speciellt band till honom. Det sorts band som skrifterna beskriver som att gå i ok tillsammans så att ni, med hans hjälp, kan bära alla bördor.⁵

Jag tror att Frälsaren Jesus Kristus skulle vilja att ni ser, känner och vet att han är er styrka. Att det med hans hjälp inte finns några gränser för vad ni kan åstadkomma. Att er potential är gränslös. Han skulle vilja att ni ser er själva som han ser er. Och det är väldigt olikt världens sätt att se er.

Frälsaren skulle bestämt förkunna att ni är döttrar eller söner till den allsmäktige Guden. Er himmelske Fader är den härligaste varelsen i universum, fylld av kärlek, glädje, renhet,



Norge.



Elfenbenskusten.

helighet, ljus, nåd och sanning. Och en dag vill han att ni ärver allt han har.⁶

Det är anledningen till att ni är på jorden – för att lära er, växa och gå framåt för att bli allt er Fader i himlen har skapat er till att bli.

För att göra det möjligt sände han Jesus Kristus att vara er Frälsare. Det är syftet bakom hans stora lycksalighetsplan, hans kyrka, hans prästdöme, skrifterna – alltihop.

Det är er bestämmelse. Det är er framtid. Det är ert val!

Sanning och val

Kärnan i Guds plan för er lycka är er makt att välja.⁷ Naturligtvis vill er himmelske Fader att ni väljer evig glädje med honom, och han hjälper er att uppnå den, men han skulle aldrig tvinga den på er.

Så han låter er välja: Ljus eller mörker? Gott eller ont? Glädje eller elände? Evtigt liv eller andlig död?⁸

Det låter som ett enkelt val, eller hur? Men här på jorden verkar det på något vis vara mer komplicerat än det borde vara.

Problemet är att vi inte alltid ser saker och ting så tydligt som vi skulle vilja. Aposteln Paulus jämförde det med att se ”en gåtfull spegelbild”⁹. Det råder stor förvirring i världen om vad som är rätt och fel. Sanningen förvrids för att få ont att verka vara gott och gott att verka vara ont.¹⁰

Men när man uppriktigt söker sanningen – evig, oföränderlig sanning – blir valen mycket klarare. Ja, man blir fortfarande frestad och provad. Dåliga saker händer fortfarande. Förbryllande saker. Tragiska saker. Men man kan hantera det när man vet vem man är, varför man är här, och när man litar på Gud.

Så var hittar vi sanning?

Den finns i Jesu Kristi evangelium. Och detta evangeliums fullhet lärs ut i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga.

Jesus Kristus sa: ”Jag är vägen, sanningen och livet. Ingen kommer till Fadern utom genom mig.”¹¹

När ni har viktiga val att göra är Jesus Kristus och hans återställda evangelium det bästa valet. När ni har frågor är Jesus Kristus och hans

återställda evangelium det bästa svaret. När ni känner er svaga är Jesus Kristus er styrka.

Han ger kraft till de trötta, och till dem som känner sig maktlösa ger han ökad styrka.

De som hoppas på Herren förnyas genom hans styrka.¹²

Vägledning för de unga

För att hjälpa er hitta Vägen och hjälpa er att göra Kristi lära till det ledande inflytandet i era liv har Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga förberett en ny resurs, en reviderad version av *Vägledning för de unga*.

I över 50 år har *Vägledning för de unga* visat vägen för generationer av sista dagars heliga ungdomar. Jag har alltid ett exemplar i fickan, och jag delar det med människor som är nyfikna på våra normer. Den har uppdaterats och förnyats för att bättre hantera utmaningarna och frestelserna i vår tid. Den nya versionen av *Vägledning för de unga* finns på 50 olika språk på nätet och kommer även att finnas i tryckt form. Den kommer att vara till stor hjälp när ni ska göra val i livet. Jag ber er att anamma den personligen och dela den med era vänner.

Den här nya versionen av *Vägledning för de unga* har fått undertiteln *En guide för att göra val*.

För att vara mycket tydlig: den bästa guide ni möjligtvis kan ha för att göra val är *Jesu Kristus*. Jesus Kristus är ungdomarnas styrka.

Så syftet med *Vägledning för de unga* är att rikta er mot honom. Den lär er om de eviga sanningarna i hans återställda evangelium – sanningar om vilka ni är, vem han är och vad ni kan åstadkomma med hans styrka. Den lär er hur man gör rättfärdiga val baserade på dessa eviga sanningar.¹³

Det är också viktigt att veta vad *Vägledning för de unga* inte gör. Den gör inte valen åt er. Den ger er inte ett "ja" eller "nej" för varje val ni någonsin kan stå inför. *Vägledning för de unga* fokuserar på grunden till era val. Den fokuserar på värderingar, principer och lärosatser i stället för på varje specifikt beteende.

Herren har, genom sina profeter, alltid lett oss i den riktningen. Han vädjar till oss att "öka [vår] andliga kapacitet att ta emot uppenbarelse"¹⁴. Han inbjuder oss att "höra honom"¹⁵. Han kallar oss att följa honom på högre och heligare sätt.¹⁶ Och vi lär oss på liknande sätt varje vecka i *Kom och följ mig*.

Jag antar att guiden skulle kunna ge er en lång lista över kläder ni inte borde ha på er, ord ni inte borde säga och filmer ni inte borde se. Men skulle det verkligen vara till hjälp i en global kyrka? Skulle ett sådant

tillvägagångssätt verkligen förbereda er för en livstid av kristuslikt leverne?

Joseph Smith sa: "Jag lär dem rätta principer, sedan styr de sig själva."¹⁷

Och kung Benjamin sa till sitt folk i Mormons bok: "Jag kan inte berätta om alla sätt varpå ni kan begå synd, för det finns åtskilliga sätt och vis, ja, så många att jag inte kan räkna dem."¹⁸

Kung Benjamin fortsatte: "Men så mycket kan jag säga er ... [ge] akt på er *själva* och på era tankar och på era ord och på era gärningar och [iaktta] Guds bud och [fortsätt] i tron på ... vår [Herre] ... ända till livets slut."¹⁹

Är det fel att ha regler? Naturligtvis inte. Vi alla behöver dem varje dag. Men det är fel att fokusera enbart på regler i stället för att fokusera på Frälsaren. Ni behöver veta varför och hur och sedan beakta konsekvenserna av era val. Ni behöver sätta er

tillit till Jesus Kristus. Han leder er på rätt väg. Han är er styrka.²⁰

Kraften i sann lära

Vägledning för de unga förkunnar frimodigt Jesu Kristi lära. Den inbjuder er frimodigt att göra val som baseras på Jesu Kristi lära. Och den beskriver frimodigt de välsignelser Jesus Kristus utlovar till dem som följer hans väg.²¹

President Russell M. Nelson har lärt: "När vår största önskan är att låta Gud råda [i våra liv], att vara en del av Israel, blir så många beslut lättare. ... Så många problem blir icke-problem! Du vet hur du bäst vårdar ditt yttre. Du vet vad du ska titta på och läsa, var du ska tillbringa din tid och med vilka du ska umgås. Du vet vad du vill uppnå. Du vet vilket slags person du ... vill bli."²²

En högre norm

Jesus Kristus har mycket höga normer för sina efterföljare. Och inbjudan att uppriktigt söka hans vilja och leva efter hans sanningar är den högsta möjliga normen!

Viktiga timliga och andliga val bör inte baseras endast på personliga preferenser eller på vad som är bekvämt eller populärt.²³ Herren säger **inte**: "Gör som du vill."

Han säger: "Låt Gud råda."

Han säger: "Kom ... och följ mig."²⁴

Han säger: "Lev på ett heligare, högre, mognare sätt."

Han säger: "Håll mina bud."

Jesus Kristus är vårt fullkomliga föredöme, och vi strävar med hela vår själs kraft efter att följa honom.

Mina kära vänner, låt mig upprepa att om Frälsaren stod här i dag skulle han uttrycka sin oändliga kärlek till er, sitt fullständiga förtroende för er. Han skulle säga till er att ni klarar det



Finland.



Argentina.

här. Ni kan bygga upp ett glädjefyllt och lyckligt liv eftersom Jesus Kristus är er styrka. Ni kan finna självförtroende, frid, trygghet, lycka och tillhörighet nu och för evigt eftersom ni hittar allt detta i Jesus Kristus, i hans evangelium och i hans kyrka.

Om detta bär jag mitt högtidliga vittnesbörd som en Jesu Kristi apostel och lämnar er med min innerliga välsignelse i djup tacksamhet och kärlek till er, i Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNVOTER

1. Se Lukas 5:10; 8:50; 12:7; Läran och förbunden 38:15; 50:41; 98:1.
2. Läran och förbunden 6:36.
3. Se Matteus 14:27; Johannes 16:33; Läran och förbunden 61:36; 68:6; 78:18.
4. Johannes 14:1, 27.
5. Se Matteus 11:28–30.
6. Se Läran och förbunden 84:38.
7. Man skulle kunna säga att Faderns plan utformades så att ni fick uttrycka era önskningar genom era val, så att ni kan uppnå det fullständiga resultatet av det ni önskar. Som äldste Dale G. Renlund har sagt: "Vår himmelske Faders ändamål med föräldraskap är inte att få sina barn att *göra* det som är rätt. Det är att få sina barn att *välja* att göra det som är rätt och till sist bli som han" ("Välj i dag", *Liahona*, nov. 2018, s. 104).
8. Se 2 Nephi 2:26–27.
9. 1 Korintierbrevet 13:12.
10. Se Jesaja 5:20.
11. Johannes 14:6.
12. Se Jesaja 40:29–31.
13. Som sista dagars heliga är vi ofta kända för vad vi gör och inte gör – våra beteenden. Det kan vara bra, men det är ännu bättre att vara kända för vad vi *vet* (de sanningar som driver våra beteenden) och för *vem* vi känner (Frälsaren – och hur vår kärlek till honom inspirerar vårt beteende).

14. Russell M. Nelson, "Uppenbarelse för kyrkan, uppenbarelse för våra liv", *Liahona*, maj 2018, s. 96.
15. Se Russell M. Nelson, "Hör honom", *Liahona*, maj 2020, s. 88–92.
16. Det principbaserade tillvägagångssättet i den nya *Vägledning för de unga* är i samklang med andra initiativ som kyrkan introducerat på senare tid, bland annat *Predika mitt evangelium*, stödverksamheten, den hemcentrerade studiekursen *Kom och följ mig*, programmet Barn och ungdomar, *Undervisa på Frälsarens sätt* samt en ny *Allmän handbok*. Uppenbarligen bygger Herren upp vår andliga kapacitet. Han visar ökat förtroende för sitt förbundsfolk i de sista dagarna.
17. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* [2007], s. 283.
18. Mosiah 4:29. På sätt och vis är det vad fariseerna på Jesu tid försökte göra. I sin iver att hindra människor från att bryta mot lagen sammanställde de hundratals regler som baserades på deras förståelse av heliga skrifter. Det fariseerna missförstod var att de trodde att deras regler skulle frälsa dem. När Frälsaren sedan kom kände de inte igen honom.
19. Mosiah 4:30; betoning tillagd.
20. Ett annat skäl till att ett principbaserat tillvägagångssätt behövs i dag är den ökande kulturella mångfalden i Herrens kyrka. Principer är eviga och universella. Specifika regler eller tillämpningar av dessa principer fungerar bra på vissa platser men inte på andra. Det som förenar oss är Jesus Kristus och de eviga sanningar han undervisade om, även om specifika tillämpningar varierar över tiden och i olika kulturer. Så problemet med att ha en lista över alla möjliga saker att göra och inte göra är inte bara att det är opraktiskt och ohållbart. Problemet är att det leder bort vårt fokus från vår sanna källa till styrka, vår Frälsare Jesus Kristus.
21. För många år sedan uttalade president Boyd K. Packer dessa kraftfulla ord: "Sann lärdom, som blir förstörd, förändrar attityder och beteende. Att studera evangeliets

lärdomar förbättrar beteendet snabbare än studier av själva beteendet" ("Frukten icke", *Liahona*, maj 2004, s. 79).

President Ezra Taft Benson lärde ut en liknande sanning: "Herren arbetar inifrån och ut. Världen arbetar utifrån och in ... Världen vill forma det mänskliga beteendet, men Kristus kan förändra människans natur" ("Födda av Gud", *Nordstjärnan*, nr 2 1986, s. 5).

När profeten Alma i Mormons bok såg ondska i världen omkring sig vände han sig till Guds ord eftersom han visste att det "hade gjort ett mäktigare intryck på människornas sinnen än svärdet eller något annat som hade hänt dem – [därför] tänkte Alma att det skulle vara lämpligt att de prövade Guds ords kraft" (Alma 31:5).

22. Russell M. Nelson, "Låt Gud råda", *Liahona*, nov. 2020, s. 94. President Russell M. Nelson var ett exempel på detta tillvägagångssätt när han undervisade oss om att helga sabbatsdagen: "När jag var mycket yngre än i dag, studerade jag andras texter där de hade listat saker man skulle göra och saker man *inte* skulle göra på sabbaten. Det var inte förrän senare som jag lärde mig genom skrifterna att det jag valde att göra och min inställning till sabbaten var ett *tecken* mellan mig och min himmelske Fader. Med den insikten behövde jag inte längre listor med 'gör' och 'gör inte'. När jag behövde bestämma mig för om en aktivitet var lämplig att göra på sabbatsdagen eller inte, ställde jag helt enkelt frågan: 'Vilket *tecken* vill jag ge Gud?' Den frågan gjorde de val jag fattade om sabbaten kristallklara" ("Sabbaten är en lust och en glädje", *Liahona*, maj 2015, s. 130).
23. Äldste David A. Bednar har lärt att "principer för rättfärdighet hjälper oss också att se bortom våra personliga böjelser och självcentrerade önskningar genom att ge oss det dyrbara perspektivet av evig sanning när vi försöker finna vår väg genom jordelivets olika omständigheter, svårigheter, beslut och upplevelser" ("Mitt evangeliets principer", *Liahona*, maj 2021, s. 123).
24. Lukas 18:22.



Tracy Y. Browning

andra rådgivare i Primärs generalpresidentskap

Vi får se mer av Jesus Kristus i våra liv

Frälsaren uppmanar oss att se våra liv genom honom för att kunna se mer av honom i våra liv.

Bröder och systrar, jag står ödmjukt inför er denna morgon. Jag delar helhjärtat er tacksamhet över att få samlas, var ni än befinner er i världen, för att höra tal av profeter, apostlar, siare, uppenbarare och ledare i Guds rike. Vi blir bildligt talat som folket på kung Benjamins tid, och liksom slår upp våra tält med öppningarna vända mot Guds profet på jorden¹, president Russell M. Nelson.

Jag har haft dålig syn så länge jag kan minnas och har alltid behövt glasögon för att korrigera synen. När jag slår upp ögonen varje morgon ser världen mycket förvrängd ut. Allt är suddigt, grumligt och förvridet. Till och med min käre make påminner mer om ett abstrakt porträtt än den så högt älskade och tröstande gestalt som han egentligen är! Mitt reflexmässiga behov, innan jag gör något annat i början av dagen, är att sträcka mig efter glasögonen så att omgivningen blir mer begriplig och jag kan få en mer levande upplevelse när de hjälper mig att navigera genom dagen.

Med åren har jag insett att det här beteendet illustrerar mitt dagliga beroende av två saker: för det första ett verktyg som hjälper mig att se

världen omkring mig med skärpa, fokus och rätt perspektiv, och för det andra påtaglig vägledning som ständigt visar mig rätt kurs. Denna enkla rutinmässiga handling återspeglar för mig en viktig observation vad gäller vår relation till vår Frälsare Jesus Kristus.

I våra liv, som så ofta fylls av frågor, bekymmer, påfrestningar och möjligheter, är vår Frälsares kärlek till oss som individer och

som hans förbunds barn, och även hans lärdomar och lagar, tillgängliga dagliga resurser som vi kan lita på är ett "ljus som lyser, ... som upplyser [våra] ögon, [och] som upplivar [vårt] förstånd"². När vi eftersträvar Andens välsignelser får vi förmåga att, som Jakob lärde, se "tingen som de verkligen är och ... som de verkligen kommer att vara"³.

Som Guds förbunds barn är vi unikt välsignade med riklig tillgång till gudomligt utsedda verktyg till att förbättra vår andliga synförmåga. Jesu Kristi ord och lärdomar såsom de nedtecknats i skrifterna och i budskap från hans utvalda profeter, och hans Ande som erhålls genom daglig bön, regelbundna tempelbesök och sakramentets förrättning varje vecka, kan hjälpa oss att återställa frid och ger oss den nödvändiga urskillningens gåva som för in Kristi ljus och hans kunskap i livets vrår och i en värld som kan vara dunkel. Frälsaren kan också vara vår kompass och vår lots när vi styr genom både lugna och oroliga



Uruguay.



Tahiti.

vatten i livet. Han kan peka ut den rätta vägen som leder oss till vår eviga bestämmelse. Så vad vill han att vi ska se, och vart vill han att vi ska gå?

Vår käre profet har lärt oss att "vi måste fokusera helt på Frälsaren och hans evangelium" och att vi måste "sträva efter att vända [oss] till honom i *varje* tanke"⁴. President Nelson har också lovat att "inget inbjuder Anden mer än ett stadigt fokus på Jesus Kristus ... Han vägleder *dig* i ditt personliga liv om du *tar dig tid för honom* i ditt liv – varenda dag."⁵ Vänner, Jesus Kristus är både syftet med vårt fokus och meningen med vår bestämmelse. För att hjälpa oss att hålla oss fast rotade och röra oss i rätt riktning, bjuder Frälsaren oss att se våra liv *genom honom* så att vi kan se *mer av honom* i våra liv. Med tiden har jag har lärt mig mer om just denna inbjudan genom mina studier av Gamla testamentet.

Moses lag gavs till de forna israeliterna som ett förberedande evangelium, utformat för att bereda folket för en högre förbundsrelation med Gud genom Jesus Kristus.⁶ Lagen, som är rik på symbolik och leder troende till att se "framåt mot Kristi ankomst"⁷, var ämnad att hjälpa Israels folk att fokusera på Frälsaren genom att utöva tro på honom, hans offer och hans bud och lagar i sina liv⁸

– i avsikt att ge dem större kunskap om deras Återlösare.

Liksom vi i dag, inbjöds Guds folk i forna tider att se sina liv *genom honom* för att kunna se *mer av honom* i sina liv. Men vid tiden för Frälsarens verksamhet hade israeliterna glömt Kristus i sin tillbedjan, i det att de hade försummat honom och lagt till oauktorerad trosutövning som saknade vägledande symbolik som pekade mot den enda och sanna källan till deras frälsning och återlösning – Jesus Kristus.⁹

Israeliternas vardagsvärld hade blivit förvrängd och dunkel. Israels barn trodde i det här tillståndet att det var lagens tillämpning och ritualer som var vägen till personlig frälsning och reducerade delvis Moses lag till ett protokoll som skulle styra människors privatliv.¹⁰ Det krävdes att Frälsaren återställde fokus och klarhet i sitt evangelium.

Till slut förkastade en stor del av israeliterna hans budskap och gick till och med så långt att de anklagade Frälsaren – han som hade *gett* dem lagen och förkunnat att han *var* "lagen och ljuset"¹¹ – för att bryta mot den. Ändå förkunnade Jesus när han talade om Moses lag i sin bergspredikan: "Tro inte att jag har kommit för att upphäva lagen eller profeterna. Jag har inte kommit för att upphäva utan för att uppfylla."¹² Sedan gjorde Frälsaren, genom sin eviga försoning, slut på de människobud, stadgar och ceremonier som Israels folk tillämpade på den tiden. Hans slutliga offer ledde till att brännoffer ersattes med vårt offer av "ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande"¹³, från offerförrättningen till sakramentsförrättningen.

President M. Russell Ballard sa när han undervisade om det här ämnet: "På sätt och vis ändrades

offret från *offerdjuret* till *personen* som offrar."¹⁴ När vi tar vårt offer till Frälsaren inbjuds vi att se mer av Jesus Kristus i våra liv genom att ödmjukt underkasta oss hans vilja i det att vi erkänner och förstår att han fullkomligt underkastade sig Faderns vilja. När vi fäster blicken på Jesus Kristus inser och förstår vi att han är den enda källan och möjligheten till att få förlåtelse och återlösning, ja, till evigt liv och upphöjelse.

När jag som ung började leva efter evangeliet stötte jag på många som lade märke till och konstaterade förändringar i mitt beteende och i mina val efter att jag gått med i kyrkan. De undrade vad som låg bakom det de såg – varför jag valde att döpa mig och gå med i *det här* trossamfundet, Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, varför jag avstår från vissa saker på sabbaten, varför jag trofast håller Visdomsordet, varför jag läser Mormons bok, varför jag tror på och införlivar nutida profeters och apostlars lärdomar i mitt liv, varför jag går på kyrkans möten varje vecka, varför jag inbjuder andra att "*komma och se, ... komma och hjälpa till, ... komma och stanna*"¹⁵ och komma och känna sig hemma¹⁶.

Vid den tiden kändes de där frågorna överväldigande och ibland öppet anklagande. Men när jag brottades med människors korsförhör insåg jag att deras frågor i själva verket var en första anmodan att ta fram och sätta på mig ett par andliga glasögon för att förtydliga, fokusera och befästa vad som motiverade mig att leva efter evangeliet och dess normer. Vad var källan till mitt vittnesbörd? Utförde jag bara "yttre förrättningar" utan att låta dessa handlingar som var kopplade till Guds lagar "stärka [min] tro på Kristus"¹⁷ eller tydliggöra

ståndpunkten att *Jesus Kristus är den enda källan till kraft i min trosutövning?*

Genom rigorösa ansträngningar att *se till och söka* Jesus Kristus i alla mina tankar och gärningar, blev mina ögon upplysta och jag fick fortare förmågan att inse att Jesus Kristus kallade mig att komma till honom.¹⁸ Från det här tidiga skedet av lärjungeskap i min ungdom minns jag en inbjudan jag fick av missionärerna att följa med när de undervisade en grupp unga flickor i min ålder om evangeliet. En kväll när vi satt hemma hos en av de här unga kvinnorna, fick deras kärleksfulla fråga om varför jag tror det att hugga till i hjärtat på mig och lät mig vittna för dem med fördjupad insikt om Herrens syn på den andliga drivkraften bakom mitt lärjungeskap, och har sedan dess förfinat mitt vittnesbörd.

Jag fick veta då, liksom jag vet nu, att vår Frälsare Jesus Kristus leder våra steg mot möteshuset varje vecka för att vi ska ta del av hans sakrament, till Herrens hus för att vi ska ingå förbund med honom, till skrifterna och profeternas lärdomar för att vi ska lära av hans ord. Han styr våra munnar till att vittna om honom, våra händer till att lyfta och tjäna så som han skulle lyfta och tjäna, våra ögon till att se på världen och varandra så som han gör – ”som de verkligen är och ... som de verkligen kommer att vara”¹⁹. Och när vi låter honom styra oss i allt, får vi vittnesbördet om att ”allt tyder på att det finns en Gud”²⁰ eftersom vi finner honom där vi söker honom²¹ – var- enda dag. Om detta vittnar jag i Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Mosiah 2:5–6.

2. Lärnan och förbunden 88:11.

3. Jakob 4:13.

4. Russell M. Nelson, ”Föra in Jesu Kristi kraft i våra liv”, *Liahona*, maj 2017, s. 41.

5. Russell M. Nelson, ”Ta dig tid för Herren”, *Liahona*, nov. 2021, s. 120, 121.

6. Se Gib Kocherhans, ”Reflections on the Law of Moses: Old Testament Apostasy in Context”, *Ensign*, juni 1981, s. 14–21.

7. Alma 25:15.

8. Se Alma 25:16.

9. Se Kocherhans, ”Reflections on the Law of Moses”, s. 14–21.

10. Se Stephen E. Robinson, ”The Law after Christ”, *Ensign*, sep. 1983, s. 69–73.

11. 3 Nephi 15:9.

12. Matteus 5:17.

13. 2 Nephi 2:7.

14. Se M. Russell Ballard, ”Offerlagen”, *Liahona*, mars 2002, s. 16.

15. Dieter F. Uchtdorf, ”Missionsarbete: Säg det du har på hjärtat”, *Liahona*, maj 2019, s. 17.

16. Dieter F. Uchtdorf, ”Kom och förena er med oss”, *Liahona*, maj 2020, s. 106.

17. Alma 25:15–16.

18. Se Matteus 11:28.

19. Jakob 4:13.

20. Alma 30:44.

21. Se Jeremia 29:13.





Äldste Dale G. Renlund
i de tolv apostlarnas kворum

Ett ramverk för personlig uppenbarelse

Vi behöver förstå ramverket som den Helige Anden håller sig inom. När vi håller oss inom ramverket kan den Helige Anden släppa loss förunderliga insikter.

Som många av er har jag inspirerats mycket av äldste Dieter F. Uchtdorf genom åren. Det förklarar, åtminstone delvis, vad jag nu ska säga.¹ Så jag hoppas att han förlåter mig ...

Välutbildade piloter stannar inom flygplanets kapacitet och följer anvisningarna från flygledare angående startbana, landningsbana och flygväg. Kort sagt håller piloter sig inom ett visst ramverk. Oavsett hur lysande eller begåvade de är, är det endast genom att flyga inom dessa ramar som piloter säkert kan släppa loss ett flygplans enorma potential och uppnå dess mirakulösa syfte.

På liknande sätt tar vi emot personlig uppenbarelse inom ett ramverk. Efter dopet får vi en majestätisk och samtidigt praktisk gåva, den Helige Andens gåva.² När vi strävar efter att hålla oss kvar på förbundsstigen³ är det ”den Helige Anden ... [som] visar [oss] allt vad [vi] bör göra”.⁴ När vi är osäkra eller oroliga kan vi be Gud om hjälp.⁵ Frälsarens löfte kan inte vara tydligare: ”Be, och ni ska få ... För var och en som ber, han får.”⁶ Med den

Helige Andens hjälp kan vi omvandla vår gudomliga natur till vår eviga bestämmelse.⁷

Löftet om personlig uppenbarelse genom den Helige Anden är lika häpnadsväckande som att ett plan kan flyga. Och liksom piloter behöver vi förstå ramverket som den Helige Anden håller sig inom för att ge personlig uppenbarelse. När vi håller oss inom ramverket kan den Helige Anden släppa loss förunderliga

insikter, vägledning och tröst. Utanför det ramverket, oavsett hur lysande eller begåvade vi är, kan vi bli bedragna och krascha och brinna.

Skrifterna är den första beståndsdel av ramverket för personlig uppenbarelse.⁸ Att mätta sig med Kristi ord, som finns i skrifterna, stimulerar personlig uppenbarelse. Äldste Robert D. Hales har sagt: ”När vi vill tala till Gud så ber vi. Och när vi vill att han ska tala till oss, rannsakar vi skrifterna.”⁹

Skrifterna lär oss också hur vi tar emot personlig uppenbarelse.¹⁰ Och vi ber om det som är rätt och gott¹¹ och inte om det som strider mot Guds vilja¹². Vi ”ber inte illa” utifrån opassande motiv som främjar vår egen agenda eller tillfredsställer våra egna begär.¹³ Framför allt ska vi be till vår himmelske Fader i Jesu Kristi namn¹⁴ med tro på att vi ska få¹⁵.

En annan beståndsdel av ramverket är att vi endast får personlig uppenbarelse inom vårt eget ansvarsområde, inte inom andras område. Med andra ord, vi lyfter och landar på vår tilldelade start- och landningsbana. Vikten av väl definierade start- och landningsbanor visade sig tidigt



USA.

i återställens historia. Hiram Page, ett av de åtta vittnena till Mormons bok, hävdade att han fick uppenbarelse för hela kyrkan. Flera medlemmar blev bedragna och leddes fel.

Som svar uppenbarade Herren att ”ingen ska utses att ta emot befallningar och uppenbarelser i denna kyrka utom min tjänare Joseph Smith ... tills jag utser ... en annan i hans ställe”.¹⁶ Kyrkans lära, bud och uppenbarelser är den levande profetens område, och han tar emot dem från Herren Jesus Kristus.¹⁷ Det är profetens start- och landningsbana.

För många år sedan ringde en person till mig som hade arresterats för olaga intrång. Han berättade att det hade uppenbarats för honom att ytterligare skrifter var gömda under bottenvåningen i byggnaden han försökt ta sig in i. Han hävdade att när han väl hade de ytterligare skrifterna så visste han att han skulle få översättningens gåva, föra fram nya skrifter och forma kyrkans lära och riktning. Jag sa att han misstog sig och han bad mig innerligt att be om det. Det sa jag att jag inte skulle göra. Han blev verbalt aggressiv och lade på.¹⁸

Jag behövde inte be om denna begäran av en enkel men viktig orsak: endast profeten får uppenbarelse *för kyrkan*. Det skulle vara ”stridande mot Guds plan”¹⁹ om andra tog emot sådan uppenbarelse, vilken hör hemma på profetens landningsbana.

Personlig uppenbarelse hör med rätta hemma hos den enskilde. Du kan till exempel få uppenbarelse om var du ska bo, vad du ska jobba med eller vem du bör gifta dig med.²⁰ Kyrkans ledare undervisar om läran och delger inspirerade råd, men ansvaret för dessa beslut vilar på dig. Det är din uppenbarelse att få, det är din landningsbana.



Kenya.

En tredje beståndsdel av ramverket är att personlig uppenbarelse är i harmoni med Guds bud och de förbund vi ingått med honom. Tänk dig en bön som denna: ”Käre himmelske Fader, kyrkans möten är tråkiga. Får jag dyrka dig på sabbaten i bergen eller på stranden? Kan jag låta bli att gå till kyrkan och ta del av sakramentet och ändå få de utlovade välsignelserna av att helga sabbatsdagen?”²¹ Vi kan gissa hur Gud skulle svara på en sådan bön: ”Mitt barn, jag har redan uppenbarat min vilja angående sabbatsdagen.”

När vi ber om uppenbarelse om sådant som Gud redan har gett tydlig vägledning om, riskerar vi att misstolka våra känslor och höra vad vi själva vill höra. En man berättade en gång för mig att han kämpade för att förbättra sin familjs ekonomiska situation. Han fick idén att förskingring var lösningen, så han bad om det och kände att han fick uppenbarelse som bekräftade att det var rätt väg att ta. Jag visste att han hade blivit bedragen eftersom han sökte uppenbarelse som stred mot ett av Guds bud. Profeten Joseph Smith varnade: ”Ingenting är till större skada

för människobarnen än att vara under inflytande av en falsk ande, när de tror att de har Guds Ande.”²²

Några skulle kanske påpeka att Nephi bröt mot ett bud när han dräpte Laban. Men detta undantag upphäver inte regeln – regeln att personlig uppenbarelse är i harmoni med Guds bud. Ingen enkel förklaring är helt tillfredsställande, men jag ska betona några aspekter. Den händelsen började inte med att Nephi frågade om han fick dräpa Laban. Det var inte något han ville göra. Att dräpa Laban var inget som gynnade Nephi personligen utan något som tillhandahöll skrifter för en framtida nation och ett förbundsfolk. Och Nephi var säker på att det var uppenbarelse – faktum är, i det här fallet var det en Guds befallning.²³

Den fjärde beståndsdelen av ramverket är att inse vad Gud redan har uppenbarat för dig personligen, samtidigt som du är öppen för ytterligare uppenbarelse från honom. Om Gud har besvarat en fråga och omständigheterna inte har ändrats, varför skulle vi förvänta oss ett annat svar? Joseph Smith stötte på detta

problematiska scenario 1828. Första delen av Mormons bok hade översatts när Martin Harris, en välgörare och en av de första skrivarna, bad Joseph om tillstånd att ta med sig de översatta sidorna och visa dem för sin fru. Osäker på vad han skulle göra bad Joseph om vägledning. Herren sa till honom att inte låta Martin ta med sig sidorna.

Martin bad Joseph fråga Gud igen. Joseph gjorde det och svaret var, inte oväntat, detsamma. Men Martin vädjade till Joseph att fråga en tredje gång och det gjorde Joseph. Den här gången sa Gud inte nej. I stället var det som om Gud sa: "Joseph, du vet vad jag tycker om detta, men du har rätten att använda din handlingsfrihet." Då han inte längre kände sig bunden bestämde Joseph sig för att låta Martin ta med sig 116 manuskriptsidor och visa dem för några familjemedlemmar. De översatta sidorna gick förlorade och återfanns aldrig. Herren tillrättade Joseph strängt.²⁴

Joseph lärde sig det som profeten

Jakob i Mormons bok undervisade om: "Försök ... inte ge Herren råd, utan ta emot råd ur hans hand. För ... han råder med visdom."²⁵ Jakob varnade för att olyckliga saker händer när vi ber om sådant som vi inte borde be om. Han förutsade att folket i Jerusalem skulle söka "efter sådant som de inte kunde förstå", rikta "sina blickar bortom målet" och helt förbise världens Frälsare.²⁶ De snubblade eftersom de bad om sådant som de inte ville och inte kunde förstå.

Om vi har tagit emot personlig uppenbarelse som passar i vårt fall – och omständigheterna inte har ändrats – har Gud redan besvarat vår fråga.²⁷ Till exempel, vi ber ibland upprepade gånger om försäkran om att vi har blivit förlåtna. Om vi har omvänt oss, fyllts av glädje och samvetsfrid och fått förlåtelse för våra synder, behöver vi inte fråga igen utan vi kan lita på det svar Gud redan har gett.²⁸

Även när vi litar på Guds tidigare svar behöver vi vara öppna för ytterligare personlig uppenbarelse. Trots allt är det få av livets destinationer

som nås via ett direktflyg. Vi bör inse att personlig uppenbarelse kan tas emot "rad på rad, bud på bud"²⁹, att uppenbarad vägledning kan ske och ofta sker stegvis.³⁰

Beståndsdelarna av ramverket för personlig uppenbarelse överlappar och förstärker varandra. Men inom det ramverket kan och kommer den Helige Anden att uppenbara allt vi behöver för att svepa in på och bibehålla momentum på förbundsstigen. Så kan vi välsignas med Jesu Kristi kraft att bli det vår himmelske Fader vill att vi ska bli. Jag uppmanar dig att ha självförtroendet att påkalla personlig uppenbarelse för dig själv, förstå det Gud har uppenbarat, i harmoni med skrifterna och de bud han har gett genom sina tilldelade profeter, och inom ditt ansvarsområde och din handlingsfrihet. Jag vet att den Helige Anden kan och kommer att visa dig allt vad du bör göra.³¹ I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Äldste Dieter F. Uchtdorf har ofta och effektivt använt liknelser som har med



Japan.



Costa Rica.

- flygplan att göra för att undervisa om viktiga evangelieprinciper. Han jämförde till exempel nyligen piloternas checklistor före start med att undervisa på Frälsarens sätt i "En lärares checklista" (Undervisa på Frälsarens sätt med äldste Uchtdorf), [broadcasts.ChurchOfJesusChrist.org](https://www.broadcasts.ChurchOfJesusChrist.org).
2. Den Helige Anden är den tredje medlemmen i gudomen, kallas ofta för Anden eller Guds Ande och utför viktiga uppgifter i frälsningsplanen. Han vittnar om Fadern och Sonen, uppenbarar sanningen om allting, heliggör dem som har omvänt sig och låtit döpa sig och är löftets Helige Ande (se Handledning för skriftstudier, "Helige Anden, den", skrifterna JesuKristiKyrka.org).
 3. Se 2 Nephi 31:19–21; Mosiah 4:8–9. Det finns ingen annan väg varigenom vi kan "fräslas i Guds rike". Att önska sig något annat skapar inte en alternativ väg.
 4. 2 Nephi 32:5; se även Läran och förbunden 84:43–44.
 5. Se 2 Nephi 32:4; Russell M. Nelson, "Uppenbarelse för kyrkan, uppenbarelse för våra liv", *Liahona*, maj 2018, s. 93–96.
 6. Matteus 7:7–8.
 7. Se "Familjen: Ett tillkännagivande för världen"; "Unga kvinnors tema"; *Allmän handbok: Tjänst i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga*, 27.0; 27.2, JesuKristiKyrka.org.
 8. Se 2 Nephi 32:3.
 9. Robert D. Hales, "De heliga skrifterna: Guds kraft till vår frälsning", *Liahona*, nov. 2006, s. 26–27.
 10. Skrifterna lär att den Helige Andens röst är mild och stilla, som en svag susning – inte

- högljudd eller påstridig; den är enkel, diskret och tydlig; den kan genomtränga och få oss att brinna; den påverkar både sinne och hjärta; den för med sig frid, glädje och hopp – inte rädsla, ångslan eller oro; den inbjuder till att göra gott – inte ont, och den är upplysande och välbehaglig – inte förbryllande. Se 1 Kungaboken 19:11–12; Omni 1:25; Alma 32:28; Helaman 5:30–33; 3 Nephi 11:3; Moroni 7:16–17; Läran och förbunden 6:22–24; 8:2–3; 9:8–9; 11:12–14; 85:6; Boyd K. Packer, "Herrens lykta", *Nordstjärnan*, juli 1983, s. 27; Russell M. Nelson, "Hör honom", *Liahona*, maj 2020, s. 88; Russell M. Nelson, "Välkomna framtiden med tro", *Liahona*, nov. 2020, s. 73; Russell M. Nelson, "Uppenbarelse för kyrkan, uppenbarelse för våra liv", *Liahona*, maj 2018, s. 93.
11. Se 3 Nephi 18:20; Moroni 7:26; Läran och förbunden 88:64–65.
 12. Se Helaman 10:5; Läran och förbunden 46:30.
 13. Jakobs brev 4:3 (se även samma hänvisning i Nya Levande Bibeln); se även 2 Nephi 4:35; Läran och förbunden 8:10; 46:7; 88:64–65.
 14. Se Läran och förbunden 88:64–65; Handledning för skriftstudier, "Bön", skrifterna JesuKristiKyrka.org.
 15. Se 3 Nephi 18:20; Moroni 7:26.
 16. Läran och förbunden 28:2, 7.
 17. Se Läran och förbunden 21:4–5.
 18. Lyckligtvis ställdes den hjälp och behandling han verkligen behövde till förfogande.
 19. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 197.
 20. Thomas S. Monson, "Whom Shall I Marry?"

- New Era*, okt. 2004, s. 4.
21. Se Läran och förbunden 59:9–16.
 22. Joseph Smith, i *Times and Seasons*, 1 apr. 1842, s. 744, [josephsmithpapers.org](https://www.josephsmithpapers.org).
 23. Herren gör ofta ändringar i, rättelser av eller undantag till sina uppenbarade bud, men detta sker via *profetisk* uppenbarelse och inte *personlig* uppenbarelse. *Profetisk* uppenbarelse kommer via Guds vederböranden tillsatta profet enligt Guds visdom och förstånd. Ett exempel på ett sådant undantag är Herrens uppenbarelse till Mose och Josua om att döda invånarna i Kanaans land trots hans bud "du ska inte mörda" (2 Moseboken 20:13). Herren kan och kommer, genom sin profet, att justera *sina* bud för *sina* avsikter. Men vi är inte fria att genom *personlig* uppenbarelse ändra eller ignorera etablerade bud som Gud har uppenbarat till sin kyrka genom profeten. Se 1 Nephi 4:12–18; för en mer fullständig utläggning, se Joseph Spencer, *1st Nephi: A Brief Theological Introduction* (2020), s. 66–80.
 24. För hela redogörelsen av de 116 handskrivna sidorna, se *De heliga: Berättelsen om Jesu Kristi Kyrka i de sista dagarna*, vol. 1, *Sanningens baner, 1815–1846* (2018), kap. 5; se även Läran och förbunden 3:5–15; 10:1–5.
 25. Jakob 4:10.
 26. Se Jakob 4:14–16.
 27. Joseph Smith lärde: "Vi rådfrågar aldrig Guds hand om särskild uppenbarelse utom då det inte finns någon tidigare uppenbarelse som passar fallet i fråga" (i *History, 1838–1856* [Manuscript History of the Church], volume A-1, s. 286–287, [josephsmithpapers.org](https://www.josephsmithpapers.org)).
 28. Se Mosiah 4:3. När vi fortsätter att känna skuldkänslor och ånger efter uppriktig och avsiktlig omvändelse grundar det sig vanligtvis på bristande tro på Jesus Kristus och hans förmåga att fullständigt förlåta och hela oss. Ibland tror vi att förlåtelse är för andra och att det inte helt och hållet kan tillämpas på oss. Det är helt enkelt en brist på tro på vad Frälsaren kan åstadkomma tack vare sin oändliga försoning.
 29. Se Jesaja 28:10; 2 Nephi 28:30; David A. Bednar, "Line upon Line, Precept upon Precept", *New Era*, sep. 2010, s. 3–7.
 30. Men om Gud inte har gett dig uppenbarelse, fortsätt fråga. Som äldste Richard G. Scott lärde: "[Handla] med tillförsikt ... När du lever rättfärdigt och handlar med tillförsikt, låter Gud dig inte gå för långt utan att ge dig en varnande maning om du har fattat fel beslut" (se "Använd dig av bönens himmelska kraft", *Liahona*, maj 2007, s. 10).
 31. Se 2 Nephi 32:5.



Äldste Rafael E. Pino
i de sjuttios kворum

Låt vårt normala vara att göra gott

Om vi är ståndaktiga och orubbliga i att göra gott, hjälper våra sedvänjor oss att hålla oss kvar på förbundsstigen.

Jag kommer alltid att vara tacksam för mina uppdrag i kyrkan som har tagit mig till olika länder att bo i. Vi fann i vart och ett av de här länderna en stor mångfald och enastående människor med olika seder och traditioner.

Vi har alla seder och traditioner som är personliga, från vår familj eller från det samhälle vi lever i, och vi hoppas kunna behålla alla dem som stämmer överens med evangeliets principer. Uppbyggande seder och traditioner är grundläggande för våra ansträngningar att stanna kvar på

förbundsstigen, och de som utgör ett hinder bör vi förkasta.

En sed är bruket eller det vanliga och vanemässiga sättet att tänka för en person, kultur eller tradition. Ofta är det vi tänker och gör på ett vane-mässigt sätt det som vi anser vara det normala.

Låt mig illustrera detta: Patricia, min älskade hustru, älskar att dricka kokosvatten och sedan äta kokosnöt. Under vårt första besök i Puebla i Mexiko åkte vi till ett ställe där vi köpte en kokosnöt. Efter att ha

druckit vattnet bad min fru dem att skära kokosnöten och ge henne köttet att äta. När det kom var det rödaktigt. De hade strött på chili! Söt kokosnöt med chili! Det var så konstigt för oss. Men senare förstod vi att det var min fru och jag som var de konstiga som inte åt kokosnöt med chili. Men i Mexiko är det inte ovanligt, det är väldigt normalt.

Vid ett annat tillfälle åt vi i Brasilien med några vänner och de serverade avokado. Precis när vi skulle strö salt på den, sa våra vänner till oss: "Vad gör ni? Vi har redan lagt socker på avokadon!" Avokado med socker! Det verkade så udda för oss. Men sedan förstod vi att de som var udda var min fru och jag, som inte åt avokado med socker. I Brasilien är det normalt att strö socker på avokado.

Det som är normalt för somliga kan verka konstigt för andra, beroende på deras seder och traditioner.

Vilka seder och traditioner är normala i våra liv?

President Russell M. Nelson har sagt: "I dag hör vi ofta talas om 'det nya normala'. Om ni verkligen vill ta till er det nya normala uppmanar



jag er att i allt större grad vända era hjärtan, sinnen och själar till vår himmelske Fader och hans Son Jesus Kristus. Låt det bli ert nya normala” (“Det nya normala”, *Liahona*, nov. 2020, s. 118).

Denna inbjudan är till alla. Det spelar ingen roll om vi är fattiga eller rika, bildade eller obildade, gamla eller unga, sjuka eller friska. Han uppmanar oss att låta de normala sakerna i våra liv vara de som hjälper oss att hålla oss kvar på förbundsstigen.

Inget land har allt som är gott och beundransvärt. Därför lärde Paulus och profeten Joseph Smith:

”Finns det något som är dygdigt, älskligt eller hedrande eller berömvärt, så söker vi efter detta” (Trosartiklarna 1:13).

”Allt som ... förtjänar beröm, tänk på allt sådant” (Filipperbrevet 4:8).

Lägg märke till att det är en uppmaning, inte bara en kommentar.

Jag vill att vi alla tar oss en stund att fundera över våra seder och bruk och hur de påverkar våra familjer.

Bland de förunderliga vanor som bör vara normala för kyrkans medlemmar finns följande fyra:

1. Personliga studier och familjestudier av skrifterna. För att bli omvänd till Herren Jesus Kristus är det varje persons ansvar att lära sig evangeliet. Föräldrarna är ansvariga för att undervisa sina barn om evangeliet (se Läran och förbunden 68:25; 93:40).
2. Personliga böner och familjeböner. Frälsaren befäller oss att alltid be (se Läran och förbunden 19:38). Bönen gör det möjligt för oss att personligen kommunicera med vår himmelske Fader i hans Sons, Jesu Kristi, namn.



Spanien.

3. Gå på sakramentsmötet varje vecka (se 3 Nephi 18:1–12; Moroni 6: 5–6). Vi gör det för att komma ihåg Jesus Kristus då vi tar sakramentet. Genom den här förrättningen förnyar kyrkans medlemmar sitt förbund att ta på sig Frälsarens namn, att alltid minnas honom och att hålla hans bud (se Läran och förbunden 20:77, 79).
4. Delta ofta i tempeltjänst och släktforskning. Det här arbetet är sättet att förena och besegla familjer för evigt (se Läran och förbunden 128:15).

Hur känns det när vi hör de här fyra sakerna? Är de en del av vårt normala liv?

Det finns många andra traditioner som skulle kunna vara en del av den normalitet vi har antagit och som gör

att Gud får råda i våra liv.

Hur kan vi avgöra vad som ska vara det normala i vårt liv och i vår familj? I skrifterna hittar vi ett bra mönster. I Mosiah 5:15 står det: ”Jag [vill] att ni ska vara ståndaktiga och orubbliga, alltid rika på goda gärningar.”

Jag älskar de här orden, för vi vet att de saker som blir normala i våra liv är de som vi upprepar om och om igen. Om vi är ståndaktiga och orubbliga i att göra gott kommer våra sedvänjor att stämma överens med evangeliets principer och de kommer att hjälpa oss att stanna kvar på förbundsstigen.

President Nelson har också gett följande råd: ”Ta till er ert nya normala genom att dagligen omvända er. Försök vara alltmer rena i tanke, ord och handling. Tjäna andra. Behåll ett evigt perspektiv. Ära era ämbeten. Och oavsett era utmaningar, mina



Äldste Hugo Montoya
i de sjuttios kvorum

kära bröder och systrar, lev varje dag så att *ni* är bättre förberedda för att möta er Skapare” (“Det nya normala”, s. 118).

Numera är det inte konstigt, varken för min fru Patricia eller för mig, att äta kokosnöt med chili och avokado med socker – faktum är att vi tycker om det. Upphöjelse är dock något mycket mer transcendent än en smaksak; det är ett ämne som har med evigheten att göra.

Jag ber att vårt normala ska göra det möjligt för oss att uppleva det tillstånd av ”oändlig lycka” (Mosiah 2:41) som utlovas dem som håller Guds bud och att vi medan vi gör det kan säga: ”Och det hände sig att vi levde på ett sätt som bringade lycka” (2 Nephi 5:27).

Mina bröder och systrar, jag vittnar om de 15 män som vi stöder som profeter, siare och uppenbarare, däribland president Russell M. Nelson. Jag vittnar om att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är sann. Jag vittnar speciellt om Jesus Kristus, vår Frälsare och Återlösare, i Jesu Kristi namn, amen. ■

Kärlekens eviga princip

Vår himmelske Faders kärlek till alla sina barn är verklig. Han är där för vart och ett.

Kärlekens eviga princip yttras genom att vi lever efter de två stora buden: älska Gud av hela ditt hjärta, hela din själ, hela ditt förstånd och hela din kraft, och älska din nästa som dig själv.¹

Jag minns min första vinter här i Utah – det var snö överallt. Jag kom från Sonoraöknen, så de första dagarna var det härligt, men efter några dagar insåg jag att jag måste kliva upp tidigare för att skotta bort snön från uppfarten.

En morgon, mitt i en snöstorm, svettades jag medan jag skottade snö och såg min granne öppna sitt garage tvärs över gatan. Han är äldre än jag, så jag tänkte att om jag snabbt blev klar så kunde jag hjälpa honom. Så

jag höjde rösten och frågade: ”Broder, behöver du hjälp?”

Han log och sa: ”Tack, äldste Montoya.” Sedan tog han fram en snöslunga ur garaget, startade motorn och på några minuter hade han tagit bort all snö framför sitt hus. Sedan korsade han vägen med snöslungan och frågade: ”Behöver du hjälp, äldste?”

Med ett leende sa jag: ”Ja, tack.”

Vi är villiga att hjälpa varandra eftersom vi älskar varandra, och min broders behov blir mina behov och mina blir hans. Oavsett vilket språk min bror talar eller vilket land han kommer ifrån så älskar vi varandra eftersom vi är bröder, barn till samme Fader.

När stödverksamheten tillkännagavs sa president Russell M. Nelson: ”[Vi] inför ett nytt, heligare sätt att ta hand om och stödja andra.”² För mig är *heligare* något mer personligt, djupare, mer som Frälsarens sätt: ”[Ha] kärlek till varandra”³, en och en.

Det är inte tillräckligt att undvika att vara ett hinder för andra; det är inte tillräckligt att lägga märke till behövande längs vägen och passera. Låt oss ta varje tillfälle i akt att hjälpa vår nästa, även om det är första och enda gången vi träffar honom eller henne i det här livet.

Varför är kärlek till Gud det främsta stora budet?



Nordirland.



Filippinerna.

Jag tror det beror på den betydelse han har för oss. Vi är hans barn, han har tillsyn över vår välfärd, vi är beroende av honom och hans kärlek beskyddar oss. Hans plan omfattar handlingsfrihet; därför är det sannolikt att vi begår misstag.

Han låter oss också bli provade och frestade. Men vare sig vi begår misstag eller faller för frestelse, erbjuder planen en Frälsare så att vi kan bli återlösta och återvända till Guds närhet.

Motgångar i våra liv kan orsaka tvivel om uppfyllandet av de löften som har givits till oss. Lita på vår Fader. Han håller alltid sina löften och vi kan lära oss det han vill undervisa oss om.

Även när vi gör det som är rätt kan omständigheterna i livet ändras från goda till dåliga, från glädje till sorg.

Gud besvarar våra böner enligt sin oändliga barmhärtighet och kärlek och i sin egen tid.

- Bäckan där Elia drack vatten torkade ut.⁴
- Nephis båge av fint stål brast.⁵
- En ung pojke blev diskriminerad och relegerad från skolan.
- Ett efterlängtat barn dog bara några dagar efter sin födsel.

Omständigheter förändras.

När omständigheter förändras från goda och positiva till dåliga och negativa kan vi ändå vara glada eftersom glädje inte är beroende av omständigheter, utan av vår inställning till omständigheterna. President Nelson har sagt: "Glädjen vi känner har väldigt lite att göra med våra

omständigheter och allt att göra med vårt fokus."⁶

Vi kan luta oss tillbaka och vänta på att omständigheterna ändras av sig själva, eller så kan vi söka efter och få till stånd nya omständigheter.

- Elia gick till Sarefat där en änka gav honom mat och dryck.⁷
- Nephi gjorde en träbåge och jagade djur så att de kunde äta.⁸
- Den unge pojken satt och lyssnade och tog anteckningar bredvid fönstret, och i dag är han grundskollärare.
- Paret har utvecklat stor tro på Frälsaren Jesus Kristus och tilltro till frälsningsplanen. Deras kärlek till det efterlängtade barnet som plötsligt dog är större än deras sorg.



När jag hör frågorna: "Himmel-ske Fader, är du alltid där? Hör du vart barn som ber till dig från jorden här?"⁹ så tycker jag om att svara: "Han har varit, han är och han kommer alltid att vara där för dig och mig. Jag är hans son, han är min Fader och jag lär mig att vara en bra far, som han är."

Min fru och jag försöker alltid att finnas tillgängliga för våra barn, när som helst, under alla omständigheter och på alla sätt. Varje barn är unikt; deras värde är stort för Gud och oavsett vilka prövningar, syndar eller svagheter de har så älskar Gud dem, och det gör vi också.

När jag blev kallad till general-auktoritet samlades alla mina barn och deras familjer den sista dagen innan vi reste till Salt Lake för en familjens hemafton och där uttryckte vi vår kärlek och tacksamhet. Efter lektionen gav jag alla mina barn en prästadömsvälsignelse. Alla grät. Efter välsignelserna uttryckte min äldste son tacksamhet å allas vägnar för den stora kärlek vi hade gett dem, sedan dagen de föddes till nu.

Välsigna dina barn vare sig de är 5 eller 50 år gamla. Var med dem, var till för dem. Även om försörjning är ett ansvar enligt gudomlig plan får vi inte glömma att ha glädjefyllda stunder med våra barn.

Vår himmelske Faders kärlek till

alla sina barn är verklig. Han är där för vart och ett. Jag vet inte hur han gör det, men han gör det. Han och hans förstfödde är ett i att utföra Faderns verk och härlighet, "att åstadkomma odödlighet och evigt liv för människan".¹⁰ De har gett oss den Helige Anden för att vägleda oss, varna oss och trösta oss vid behov.

Han instruerade sin älskade Son att skapa den här vackra jorden. Han instruerade Adam och Eva och gav dem deras handlingsfrihet. Han har sänt budbärare i årtal så att vi kan ta emot hans kärlek och hans bud.

Han var i den heliga lunden och besvarade den unge Josefs uppriktiga fråga och nämnde honom vid namn. Han sa: "Denne är min älskade Son. Hör honom!"¹¹

Jag tror att det största uttrycket för Guds kärlek till oss skedde i Getsemane, där den levande Gudens Son bad: "Min Far! Om det är möjligt, så låt den här bägaren gå förbi mig. Men inte som jag vill, utan som du vill."¹²

Jag har upptäckt att det lilla som jag kan förstå av Jesu Kristi försoning ökar min kärlek till min Fader och hans Son, det minskar min önskan att synda och vara olydig, och det ökar min villighet att vara bättre och göra bättre.

Jesus gick utan rädsla eller tvivel till Getsemane, med förtröstan på

sin Fader, i vetskap om att han måste trampa vinpressen själv. Han uthärdade all smärta, all förödmjukelse. Han blev anklagad, dömd och korsfäst. Under sina egna plågor och sitt lidande på korset fokuserade Jesus på sin mors och sin älskade lärjunges behov. Han gav sitt liv.

På tredje dagen uppstod han. Graven är tom; han står på sin Faders högra sida. De hoppas att vi ska välja att hålla våra förbund och återvända till deras närhet. Detta andra tillstånd är inte vårt slutliga tillstånd; vi tillhör inte detta jordiska hem, utan vi är snarare eviga varelser som har timliga upplevelser.

Jesus är Kristus, den levande Gudens Son. Han lever, och eftersom han lever kommer alla Guds barn att leva för evigt. Tack vare hans försonings-offer kan vi alla leva tillsammans med dem. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Lukas 10:27.
2. Russell M. Nelson, "Stödverksamhet", *Liahona*, maj 2018, s. 100.
3. Johannes 13:35.
4. Se 1 Kungaboken 17:7.
5. Se 1 Nephi 16:18.
6. Russell M. Nelson, "Glädje och andlig överlevnad", *Liahona*, nov. 2016, s. 82.
7. Se 1 Kungaboken 17:10.
8. Se 1 Nephi 16:23.
9. "Barnets bön", *Barnens sångbok*, s. 6-7.
10. Mose 1:39.
11. Joseph Smith – Historien 1:17.
12. Matteus 26:39.



Äldste Ronald A. Rasband
i de tolv apostlarnas kворum

I dag

Vår levande profet gör sin del för att översvämma jorden med Mormons bok. Vi måste följa hans exempel.

Mina kära bröder och systrar, i Mormons bok används orden "i dag"¹ gång på gång för att ge uppmärksamhet åt råd, löften och lärdomar. I sitt sista tal uppmanade kung Benjamin folket: "Hör de ord jag ska tala till er i dag ... öppna era öron så att ni kan höra, och era hjärtan så att ni kan förstå, och era sinnen så att Guds hemligheter kan uppenbaras för er syn."² Generalkonferensen är en liknande miljö. Vi kommer för att höra råd för "i dag" så att vi kan vara "trofasta i allt"³ mot Herren och hans evangelium. Något som pockar på mitt sinne "i dag" är vikten av att förnya vår förpliktelse mot Mormons bok som Joseph Smith kallade "den mest felfria av alla böcker på jorden"⁴.

Jag håller i min hand ett exemplar av Mormons bok. Det är min vintage-utgåva från 1970, och den är värdefull för mig. Den ser trött och sliten ut, men ingen annan bok är lika viktig för mitt liv och mitt vittnesbörd som den här. När jag läste den fick jag genom Anden ett vittnesbörd om att Jesus Kristus är Guds Son⁵, att han är min Frälsare⁶, att de här skriftställerna är Guds ord⁷ och att evangeliet har återställts⁸. Dessa sanningar vilar djupt inom mig. Som profeten Nephi sa: "Min själ gläds åt det som hör Herren till."⁹

Här är bakgrunden. Som ung missionär lyssnade jag till ett råd av äldste Marion D. Hanks som besökte oss i Östra Förenta staternas mission. Han var tidigare president för den Brittiska missionen och två av hans missionärer är på förhöjningen i dag – mina kära bröder, äldste Jeffrey R. Holland och äldste Quentin L. Cook.¹⁰ Precis som med sina missionärer i England uppmanade han oss att läsa ett omarkerat exemplar av Mormons bok minst två gånger. Jag tog mig an uppgiften. I den första läsningen skulle jag markera eller stryka under allt som pekade mot eller vittnade



Från vänster: Äldste Ronald A. Rasband som ung missionär med Harold N. Wilkinson (president för Östra Förenta staternas mission) samt äldste Marion D. Hanks i de sjuttios kворum.

om Jesus Kristus. Jag använde en röd penna, och jag strök under många verser. Den andra gången sa äldste Hanks att vi skulle markera evangeliets principer och lärosatser, och då använde jag blått för att markera i skrifterna. Jag läste Mormons bok två gånger, som det föreslogs, och sedan två gånger till och markerade med gult och svart de verser som gjorde intryck på mig.¹¹ Som ni ser gjorde jag många noteringar.

Det fanns mycket mer i min läsning än att bara markera i skrifterna. För varje läsning av Mormons bok, från början till slut, fylldes jag av en djup kärlek till Herren. Jag kände ett djupt rotat vittnesbörd om sanningen i hans lärdomar och hur de kan tillämpas "i dag". Bokens titel passar väl: "Ännu ett testamente om Jesus Kristus."¹² Med de studierna och det andliga vittnesbörd jag fick blev jag en Mormons bok-missionär och en Jesu Kristi lärjunge.¹³

"I dag" är en av de största missionärerna för Mormons bok president Russell M. Nelson. När han var en nyligen kallad apostel höll han en föreläsning i Accra i Ghana.¹⁴ Närvarande var dignitärer, däribland en afrikansk stamkung, som han talade med genom en tolk. Kungen studerade ivrigt Bibeln och älskade Herren. Efter president Nelsons tal kom kungen fram till honom och frågade på felfri engelska: "Vem är du egentligen?" President Nelson förklarade att han var en ordinerad Jesu Kristi apostel.¹⁵ Kungens nästa fråga var: "Vad kan du lära mig om Jesus Kristus?"¹⁶

President Nelson tog fram en Mormons bok och slog upp 3 Nephi 11. Tillsammans läste president Nelson och kungen Frälsarens predikan till nephiterna: "Se, jag är Jesus Kristus, om vilken profeterna vittnade att han

skulle komma till världen ... Jag är världens ljus och liv.”¹⁷

President Nelson gav kungen det exemplaret av Mormons bok och kungen svarade: ”Du kunde ha gett mig diamanter eller pärlor, men ingenting är mer värt för mig än den här ytterligare kunskapen om Herren Jesus Kristus.”¹⁸

Det här är inte ett isolerat exempel på hur vår älskade profet delar med sig av Mormons bok. Han har gett exemplar av Mormons bok till hundratals personer och alltid vittnat om Jesus Kristus. När president Nelson träffar gäster, presidenter, kungar, statsöverhuvuden samt ledare i affärsvärlden och organisationer och olika tros-samfund, vare sig de är på kyrkans huvudkontor eller på sina egna platser, presenterar han vördnadsfullt denna bok med uppenbarade skrifter. Han skulle kunna ge dem många inslagna saker som kan ställas på ett bord eller ett skrivbord eller i skåp som en påminnelse om hans besök. I stället ger han det som är dyrbarast för honom, långt mer än pärlor och diamanter, som stamkungen beskrev.

”Mormons boks sanningar”, har president Nelson sagt, ”har *kraften* att hela, lugna, återställa, hjälpa, stärka, trösta och glädja själen.”¹⁹ Jag har sett de här exemplaren av Mormons bok hållas i ett fast grepp av dem som har tagit emot dem av vår Guds profet. Det kunde inte finnas någon större gåva.

Nyligen träffade han Gambias första dam på sitt kontor och överlämnade ödmjukt en Mormons bok till henne. Han slutade inte där. Han öppnade dess sidor och läste med henne, undervisade och vittnade om Jesus Kristus, hans försoning och hans kärlek till alla Guds barn – överallt.

Vår levande profet gör sin del för att översvämma jorden med Mormons

bok.²⁰ Men han kan inte öppna dammluckorna ensam. Vi måste följa hans exempel.

Inspirerad av hans exempel har jag försökt att ödmjukt och mer entusiastiskt dela med mig av Mormons bok.

Jag var nyligen på uppdrag i Moçambique. Invånarna i detta vackra land kämpar med fattigdom, dålig hälsa, arbetslöshet, stormar och politisk oro. Jag hade äran att få träffa landets president, Filipe Nyusi. På hans begäran bad jag för honom och hans nation. Jag berättade att vi byggde ett Jesu Kristi tempel²¹ i hans land. I slutet av vårt besök gav jag honom ett exemplar av Mormons bok på portugisiska, hans modersmål. När han tacksamt tog emot boken vittnade jag om hoppet och löftet för hans folk, som finns i Herrens ord på dess sidor.²²

Vid ett annat tillfälle träffade min fru Melanie och jag kung Letise III av Lesotho och hans fru i deras hem.²³ För oss var höjdpunkten på besöket när vi gav dem ett exemplar av Mormons bok och när jag sedan bar mitt vittnesbörd. När jag ser tillbaka på den upplevelsen och andra kommer jag att tänka på en vers i nutida skrifter: ”Mitt evangeliums fullhet ska ... förkunnas av de svaga och ringa till världens ändar och inför kungar och styresmän.”²⁴

Jag har gett en Mormons bok till Indiens ambassadör i Förenta nationerna i Genève, Indra Mani Pandey²⁵, och till hans helighet Bartolomeus²⁶, patriarken från den östortodoxa kyrkan, och många andra. Jag har känt Herrens Ande vara med oss när jag personligen gett dem denna ”slutstenen i vår religion”²⁷ och burit



mitt vittnesbörd om Jesus Kristus, vår tros hörnsten²⁸.

Bröder och systrar, ni behöver inte åka till Moçambique eller Indien eller träffa kungar och styresmän för att ge någon denna bok med heliga lärdomar och löften. Jag uppmanar er att i dag ge en Mormons bok till era vänner och släktingar, era arbetskamrater, fotbollstränaren eller försäljaren på torget. De behöver Herrens ord som finns i den här boken. De behöver svar på vardagslivets och det eviga livets frågor. De behöver känna till förbundsstigen som lagts fram för dem, och Herrens bestående kärlek till dem. Allt finns där i Mormons bok.

När du ger dem en Mormons bok öppnar du deras sinnen och hjärtan för Guds ord. Du behöver inte ha med dig tryckta exemplar av boken. Du kan lätt dela med dig av den från din mobil under fliken skrifterna i appen Evangeliebiblioteket.²⁹

Tänk på alla som skulle kunna välsignas av att ha evangeliet i sitt liv, och skicka dem sedan ett exemplar av Mormons bok från din telefon. Kom ihåg att ta med ditt vittnesbörd och berätta hur den här boken har välsignat dig.

Mina kära vänner, som en Herrens apostel uppmanar jag er att följa vår älskade profet, president Nelson, och översvämma jorden med Mormons bok. Behovet är så stort. Vi behöver handla nu. Jag lovar att ni kommer att delta i "det största arbetet på jorden", Israels insamling³⁰, när ni inspireras att nå ut till dem som "hålls borta från sanningen för att de inte vet var de ska finna den"³¹. De behöver ditt vittnesbörd om hur den här boken har förändrat ditt liv och fört dig närmare Gud, hans frid³² och hans "budskap om stor glädje"³³.



Peru.

Jag vittnar om att Mormons bok enligt gudomlig plan förbereddes i det forntida Amerika för att komma fram och förkunna Guds ord, föra själar till Herren Jesus Kristus och hans återställda evangelium "i dag". I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Jakob 2:2–3; Mosiah 2:14, 30; 5:7; Alma 7:15; och många andra verser i Mormons bok.
2. Se Mosiah 2:9.
3. Alma 53:20.
4. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 64. Joseph Smiths fullständiga uttalande från den 28 november 1841 när han satt i råd med de tolv apostlarna: "Jag sa till bröderna att Mormons bok är den mest felfria av alla böcker på jorden och slutstenen i vår religion, och att en människa genom att lyda dess bud kan komma närmare Gud än genom någon annan bok" Huvudhänvisningen till "felfri" kan tillskrivas en uppenbarelse som togs emot när Mormons bok översattes och den lära som den lär ut, som bättre än någon annan bok fastställer evangeliets "tydliga och dyrbara" sanningar (se 1 Nephi 13:40).
5. Se "Den levande Kristus: Apostlarnas vittnesbörd", ett tillkännagivande av första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum, 1 januari 2000: "Vi bär, i egenskap av hans vederbörligen ordinerade apostlar, vittnesbörd om att Jesus är den levande Kristus, Guds odödlige Son. Han är den store Konungen, Immanuel, som i dag står på sin Faders högra sida. Han är världens ljus, liv och hopp. Hans väg är den stig som leder till lycka i detta liv och evigt liv i den kommande världen. Gud vare tack för den oförlikneliga gåvan – hans gudomlige Son"

(JesuKristiKyrka.org).

6. Se Jesaja 49:26; 1 Nephi 21:26; 22:12; Läran och förbunden 66:1.
7. Guds ord finns i skrifterna. Till exempel frågade Laman och Lemuel i Mormons bok: "Vad betyder ledstången av järn?" och syftade på Lehis dröm. Nephi svarade: "Det var Guds ord och de som hörsammar Guds ord och håller fast vid det, de ska aldrig förgås. Inte heller ska motståndarens frestelser och brinnande pilar slå dem med blindhet för att leda dem till undergång" (1 Nephi 15:23–24).
8. Se "Återställelsen av Jesu Kristi evangeliums fullhet: Ett tillkännagivande för världen vid 200-årsjubileet", som innehåller följande: "Vi förkunnar att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, som organiserades den 6 april 1830, är Kristi nytestamentliga kyrka som återställts. Denna kyrka är förankrad i sin hörnstens Jesu Kristi fullkomliga liv och i hans oändliga försoning och bokstavliga uppståndelse. Jesus Kristus har åter kallat apostlar och gett dem prästadömsmyndighet. Han inbjuder oss alla att komma till honom och hans kyrka, ta emot den Helige Anden, frälsningens förrättningar och vinna bestående glädje ... Vi förkunnar med glädje att den utlovade återställelsen fortskrider genom fortlöpande uppenbarelse. Jorden kommer aldrig igen att bli densamma, då Gud samlar allt till ett i Kristus (Efesierbrevet 1:10)" (JesuKristiKyrka.org).
9. 2 Nephi 4:16.
10. Se Quentin L. Cook, "Be Not Weary in Well-Doing" (andakt vid Brigham Young University, 24 aug. 2020), speeches.byu.edu; Eliza Smith-Driggs, "This Week on Social: How to Develop a Love for the Lord, Yourself and Others", *Church News*, 17 juli 2020, thechurchnews.com.
11. Tredje läsningen: gul: geologi eller geografi. Fjärde läsningen: svart: handlingen i Mormons bok.

12. "Ännu ett testamente om Jesus Kristus" lades till som underrubrik till alla utgåvor av Mormons bok. Kyrkans ledare ändrade namnet för att ytterligare betona bokens syfte som det står i titelbladet: "Och likaså att övertyga jude och icke-jude om att Jesus är Kristus, den evige Guden, som uppenbarar sig för alla nationer."
13. Att vara en Jesu Kristi lärjunge är ett uttryck för vår kärlek till honom. Lärjungar har döpts. De tar på sig Jesu Kristi namn. De strävar efter att följa honom genom att ta till sig hans egenskaper så som aposteln Petrus beskrev: "Gör därför allt ni kan för att i er tro visa dygd, i dygden insikt, i insikten självbehärskning, i självbehärsningen uthållighet, i uthålligheten gudsfruktan, i gudsfruktan syskonkärlek och i syskonkärleken kärlek till alla människor" (2 Petrusbrevet 1:5-7; se även *Predika mitt evangelium: Vägledning för missionärer* [2005], s. 115-128).
14. President Russell M. Nelson, internationellt känd hjärtkirurg innan han kallades till de tolv apostlarnas kворum 1984, höll ett föredrag vid en skola för läkarutbildning i Accra, Ghana 1986 om hjärtkirurgins historia. Senare intervjuades han av media och förklarade att han var där "som en Herrens tjänare för att hjälpa [folket] bli bättre medborgare, bygga starka familjer, uppleva sann glädje och få framgång i landet". Han återvände till Accra den 16 november 2001 för första spadtagsceremonin för Accra tempel (se "Ground Broken for First Temple in West Africa", *Church News*, 24 nov. 2001, thechurchnews.com).
15. Se *Allmän Handbok: Tjåna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga*, 5.1.1.1: "I vår tid kallar Herren män genom kyrkans president att ordinerar till apostlar och tjåna i de tolv apostlarnas kворum (se Låran och förbunden 18:26-28)" (JesuKristiKyrka.org).
16. Se Russell M. Nelson, "Mormons bok: Hur skulle ditt liv vara utan den?" *Liahona*, nov. 2017, s. 60.
17. 3 Nephi 11:10-11.
18. Se Russell M. Nelson, "Mormons bok: Hur skulle ditt liv vara utan den?", s. 61.
19. Russell M. Nelson, "Mormons bok: Hur skulle ditt liv vara utan den?", s. 62.
20. Se Mose 7:62.
21. Beira tempel, Moçambique tillkånnagavs den 4 april 2021 av president Russell M. Nelson. Mer ån en halv miljon mårnniskor bor i Beira, som ligger vid Indiska oceanens kust.
22. Exempel på det hopp och de lőften som återfinns i Mormons bok år 2 Nephi 31:20; Jakob 4:4-6; Alma 13:28-29; 22:16; 34:41; Ether 12:32; Moroni 7:41; 8:26.



Australien.

23. Åldste och syster Rasband träffade kungafamiljen den 10 februari 2020 när de var i Afrika för att inviga Durbans tempel i Sydafrika.
24. Låran och förbunden 1:23.
25. Åldste Rasband träffade ambassadör Indra Mani Pandey, Indiens permanenta representant vid Főrenta nationerna och andra internationella organisationer i Genève, under ett uppdrag vid det interreligiösa forumet i Bologna i Italien den 17 september 2021.
26. Åldste Rasband träffade Hans helighet Bartolomeus, den ekumeniska patriarken från den östortodoxa kyrkan under ett uppdrag vid det interreligiösa forumet i Bologna i Italien den 13 september 2021.
27. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith*, s. 63. En slutsten år en kilformad mursten som sitter längst upp på en valvbåge och håller de andra delarna på plats. Profeten Joseph Smith beskrev Mormons bok som "slutstenen i vår religion" på grund av dess betydelse för att förena kyrkan genom principer och förråttningar. Mormons bok år en "slutsten" för medlemmarnas liv och hjälper dem att hålla sig stadigt kvar på förbundsstigen.
28. Se Efesierbrevet 2:19-20. Jesus Kristus år den viktigaste hörnstenen för kyrkan som bår hans namn. Precis som laggandet av en hörnsten i templet år en symbol för huvudstenen som bildar hörnet av grunden till Guds hus, år Jesus Kristus hörnstenen i vår tro och vår frålsning. Han gav sitt liv för att vi skulle kunna leva. Det finns ingen som år lik honom i styrka, i syfte eller i kärlek.
29. Du kan dela den från din mobil. Ett sätt år genom att öppna appen Evangeliebiblioteket, gå till samlingen "Skrifterna" och sedan trycka på "Dela nu" längst upp. Eller i Mormons bok-appen kan du trycka på ikonon "Dela" som visar en QR-kod som en vän lätt kan skanna med sin telefon.
30. Russell M. Nelson, "Israels hopp" (världsomfattande andakt för ungdomar, 3 juni 2018), HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org. "Den 3 juni 2018 uppmanade president Russell M. Nelson och hans fru Wendy W. Nelson ungdomarna att 'gå med i Herrens ungdomskår' och delta i 'den största utmaningen, det största uppdraget och det största verket på jorden'. Och vad år den största utmaningen? Israels insamling" (Charlotte Larcabal, "A Call to Enlist and Gather Israel", *New Era*, mars 2019, s. 24).
31. Låran och förbunden 123:12.
32. Se 2 Nephi 4:27; Mosiah 4:3; 15:18; Alma 46:12.
33. 1 Nephi 13:37.



President Russell M. Nelson
president för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga

Vad är sant?

Gud är källan till all sanning. Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga välkomnar all sanning som Gud förmedlar till sina barn.

Mina älskade bröder och systrar, tack till alla för det här inspirerande mötet! Sedan vår konferens i april har vi bevitnat många händelser i världen, från hjärtskärande till upplyftande.

Vi gläds åt rapporter om stora ungdomskonferenser som hålls över hela världen.¹ På de här konferenserna lär sig våra ädla ungdomar att vad som än händer i livet, så kommer deras största styrka från Herren.²

Vi gläds åt att fler tempel byggs över hela världen. Med invigningen av varje nytt tempel kommer ytterligare gudomlig kraft in i världen för att stärka oss och motverka motståndarens tilltagande ansträngningar.

Övergrep är ett uttryck för motståndarens inflytande. Det är en allvarlig synd.³ Som president för kyrkan bekräftar jag Herren Jesu Kristi lära i frågan. Låt mig tala klarspråk: *alla* former av övergrepp på kvinnor, barn eller någon annan är avskräckande inför Herren. Han sörjer och *jag sörjer* närhelst *någon* blir skadad. Han sörjer och *vi alla sörjer* för varje person som har fallit offer för övergrepp av något slag. De som begår dessa vedervärdiga gärningar ställs inte bara till svars inför mänskliga lagar utan får också möta den allsmäktige Gudens vrede.

I decennier har kyrkan nu vidtagit omfattande åtgärder för att skydda – i synnerhet – barn från övergrepp. Det finns många hjälpmedel på kyrkans webbplats. Jag uppmanar er att studera dem.⁴ Dessa riktlinjer är till för att skydda oskyldiga. Jag uppmanar oss alla att vara uppmärksamma på om någon löper risk att bli utsatt för övergrepp och att agera omgående för att skydda denne.

Frälsaren tolererar inte övergrepp, och som hans lärjungar kan vi inte göra det heller.

Motståndaren har fler oroande metoder. Bland dessa är hans försök att suddas ut linjen mellan vad som är sant och vad som inte är sant. Flodvågen av information som finns så lättillgänglig, gör det ironiskt nog allt svårare att avgöra vad som är sant.

Den här utmaningen påminner mig om en upplevelse syster Nelson och jag hade när vi besökte en dignitär i ett land där relativt få har hört talas om Jesus Kristus. Den här gode, gamle vännen hade nyligen varit ganska sjuk. Han berättade att han, under de många dagar han legat sängbunden, ofta stirrat upp i taket och frågat: "Vad är sant?"

Många på jorden i dag "hålls [endast] borta från sanningen för att de inte vet var de ska finna den".⁵ Somliga vill att vi ska anta att sanning är något relativt – att varje person



El Salvador.



själv ska bestämma vad som är sant. En sådan övertygelse är bara önsketänkande hos dem som felaktigt tror att de inte heller ska stå till svars inför Gud.

Kära bröder och systrar, Gud är källan till all sanning. Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga välkomnar *all* sanning som Gud förmedlar till sina barn, om den så införskaffas i ett laboratorium eller tas emot genom

direkt uppenbarelse från honom.

Från denna talarstol i dag och i morgon kommer ni att få fortsätta höra sanning. Jag ber er att skriva ner de tankar som fångar er uppmärksamhet och som kommer till ert sinne och stannar i ert hjärta. Fråga Herren i bön om han kan bekräfta att det ni har hört är sant.

Jag älskar er, mina kära bröder och systrar. Jag ber att den här

konferensen ska bli den andliga festmåltid ni söker. I Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Kända som For the Strength of Youth-konferenser, eller FSY-konferenser.
2. Häftet *Vägledning för de unga* har nyligen reviderats.
3. Se Matteus 18:6; Läran och förbunden 121:34–37.
4. Se abuse.ChurchofJesusChrist.org.
5. Läran och förbunden 123:12.



Framlagd av president Henry B. Eyring
andre rådgivare i första presidentskapet

Röstning på kyrkans generalauktoriteter, områdessjuttio och generalämbetsmän

Bröder och systrar, det är min förmån att få framlägga kyrkans generalauktoriteter, områdessjuttio och generalämbetsmän för ert stöd genom röstning.

Vi ber er visa ert stöd på det vanliga sättet oavsett var ni befinner er. Om någon är emot något av förslagen ber vi er kontakta er stavspresident.

Det är föreslaget att vi stöder Russell Marion Nelson som profet, siare och uppenbarare och president för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, Dallin Harris Oaks som förste rådgivare i första presidentskapet och Henry Bennion Eyring som andre rådgivare i första presidentskapet.

De som instämmer kan visa det.

De som är emot, om någon, kan visa det.

Det är föreslaget att vi stöder Dallin H. Oaks som president för de tolv apostlarnas kворum och M. Russell Ballard som tillförordnad president för de tolv apostlarnas kворum.

De som instämmer kan visa det.

Om någon är emot visas det.

Det är föreslaget att vi stöder följande som medlemmar i de tolv apostlarnas kворum: 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 och Ulisses Soares.

Alla som instämmer kan visa det.

Om någon är emot kan det visas.

Det är föreslaget att vi stöder rådgivarna i första presidentskapet samt de tolv apostlarnas kворum som profeter, siare och uppenbarare.

Alla som instämmer kan visa det.

Om någon är emot, visas det på samma sätt.

Vi har avlöst äldsterna Weatherford T. Clayton, LeGrand R. Curtis jr, Randy D. Funk, Christoffel Golden, Walter F. González, Larry S. Kacher, Lynn G. Robbins och Joseph W. Sitati som generalauktoritetssjuttio och ger dem emeritusstatus.

De som vill tacka dessa bröder och deras hustrur och familjer för deras hängivna arbete kan visa det genom att räkna upp handen.

Vi noterar också med uppskattning de områdessjuttio som har slutfört sitt tjänande under det gångna året och vars namn finns på [newsroom.ChurchofJesusChrist.org](https://newsroom.churchofjesuschrist.org).

De som vill instämma i vårt tack till dessa bröder för deras utmärkta tjänande, kan visa det.

Det är föreslaget att vi stöder alla andra generalauktoriteter och områdessjuttio – däribland de sex nya områdessjuttio som tillkännagavs tidigare i veckan på newsroom.ChurchofJesusChrist.org – och alla generalämbetsmän som de nu är insatta.

De som instämmer kan visa det genom handuppräkning.



Peru.



Om någon är emot, visa det.
Tack bröder och systrar för er fortsatta tro och era böner till förmån för kyrkans ledarskap.

Förändringar bland områdessjuttio

Följande områdessjuttio inröstades under ett ledarskapsmöte som hölls som en del av generalkonferensen:

Ricardo J. Battista, Willy Binene, Bernhard Czesla, Nathan R. Emery,

Sione Tuione, Yves S. Weidmann.

Följande områdessjuttio avlöstes den 1 augusti 2022:

Luis R. Arbizú, Michael V. Beheshti, David A. Benalcázar, Berne S. Broadbent, Kevin E. Calderwood, Luciano Cascardi, Ting Tsung Chang, Ariel E. Chaparro, Pablo H. Chavez, Raymond A. Cutler, José L. Del Guerso, Alessandro Dini Ciacci, Carlos R. Fusco jr, Jorge A. García,

Gary F. Gessel, Karl D. Hirst, Ren S. Johnson, Jay B. Jones, Paul N. Lekias, Artur J. Miranda, Elie K. Monga, A. Fabio Moscoso, Yutaka Nagatomo, Juan C. Pozo, Anthony Quaisie, Martin C. Rios, Sandino Roman, Johnny F. Ruiz, Rosendo Santos, Gordon H. Smith, K. Roy Tunncliffe.

Äldste Levi W. Heath och äldste 'Inoke F. Kupu, som verkade som områdessjuttio, avled 2022. ■



President M. Russell Ballard

tillförordnad president för de tolv apostlarnas kворum

Att följa Jesus Kristus med steg i tro

Kristus kan bära oss i dag genom svåra tider. Han gjorde det för de tidiga pionjärerna och han gör det nu för var och en av oss.

Jag vill tacka kören för att ni sjöng "Varje steg, ett steg i tro". Musiken och orden i den sången skrevs 1996 av broder Newell Dayley¹ som förberedelse för firandet av 150-årsjubileet av de tidiga pionjärernas ankomst till Saltsjödalen 1847.

Även om sången skrevs som förberedelse för det firandet gäller budskapet hela världen.

Jag har alltid älskat refrängen:

Med tro och hopp vi följer vår Herre och vår Gud.

Hans kärlek ger oss kraft och mod, vi höjer lovsångs ljud.²

Bröder och systrar, jag vittnar om att när vi följer Jesus Kristus med steg i tro så finns det hopp. Det finns hopp i Herren Jesus Kristus. Det finns hopp för alla i det här livet. Det finns hopp om att övervinna våra misstag, våra sorger, våra svårigheter och våra prövningar och våra besvär. Det finns hopp i omvändelse och i att bli förlåten och i att förlåta andra. Jag vittnar om att det finns hopp och frid i Kristus. Han kan bära oss i dag genom svåra tider. Han gjorde det för

de tidiga pionjärerna och han gör det nu för var och en av oss.

I år är det 175 år sedan de tidiga pionjärerna anlände till Saltsjödalen, och det har fått mig att reflektera över mina förfäder, varav några vandrade från Nauvoo till Saltsjödalen. Jag har förfäder som vandrade över slätterna i sin ungdom. Henry Ballard var 20 år gammal³, Margaret McNeil var 13⁴ och Joseph F. Smith, som senare blev kyrkans sjätte president, var bara 9 år

när han kom till Saltsjödalen.⁵

De mötte umbäranden av alla sorter längs stigen, såsom kalla vintrar, sjukdomar och brist på mat och kläder. Till exempel: när Henry Ballard anlände till Saltsjödalen glädde han åt att se det "utlovade landet", men han var rädd att någon skulle se honom eftersom kläderna han bar var så nötta att de inte helt täckte kroppen. Han gömde sig bakom buskar en hel dag tills det blev mörkt. Då gick han till ett hus och tiggde kläder så att han kunde fortsätta på sin färd och hitta sina föräldrar. Han var tacksam mot Gud för att han hade nått sitt framtida hem i säkerhet.⁶

Mina förfäder följde Jesus Kristus med steg i tro genom alla sina prövningar. Jag är tacksam mot dem för att de aldrig gav upp. Deras steg i tro har varit till välsignelse för mig och efterkommande generationer, precis som era steg i tro i dag kommer att välsigna era efterkommande.

Ordet *pionjär* är både ett substantiv och ett verb på engelska (pioneer). Som substantiv kan det känneteckna en person som är bland de första att



Spanien.

utforska eller befolka ett nytt territorium. Som verb kan det innebära att öppna eller bana vägen för andra som ska följa.⁷

När jag tänker på pionjärer som har banat vägen för andra så tänker jag först på profeten Joseph Smith. Joseph var en pionjär eftersom hans steg i tro ledde honom till en lund där han knäböjde i bön och banade vägen så att vi skulle kunna ha Jesu Kristi evangeliums fullhet. Josephs tro till att "be till Gud"⁸ den där vårmorgonen 1820 öppnade vägen för återställelsen av Jesu Kristi evangeliums fullhet, som omfattade profeter och apostlar, kallade att tjäna på jorden än en gång.⁹ Jag vet att Joseph Smith är en Guds profet. Jag vet att hans steg fyllda av tro ledde honom till att knäböja i Gud Faderns och hans älskade Son Jesu Kristi närvaro.

Profeten Josephs steg i tro gjorde att han kunde vara Herrens redskap för att frambringa Mormons bok, som är ännu ett testamente om Jesus Kristus och hans försonande nåd.

Genom Joseph Smiths tro och uthållighet under oerhörda svårigheter och motstånd, kunde han vara ett redskap i Herrens händer för att upprätta Jesu Kristi kyrka igen på jorden.

Under förra generalkonferensen talade jag om hur mitt tjänande som heltidsmissionär var till välsignelse för mig. Jag välsignades när jag undervisade om vår himmelske Faders härliga frälsningsplan, Joseph Smiths första syn och hans översättning av Mormons bok. Dessa återställda lärdomar och denna lära vägledde mina steg i tro till att undervisa dem som var villiga att lyssna till budskapet om evangeliets återställelse.

Våra missionärer i dag är nutida pionjärer, för de delar med sig av detta härliga budskap till människor över hela världen, och öppnar på så sätt vägen för vår himmelske Faders barn så att de kan känna honom och hans Son Jesus Kristus. Att ta emot Jesu Kristi evangelium öppnar vägen för alla så att de kan förbereda sig för

att ta emot förrättningar och kyrkans och templets välsignelser.

Förra generalkonferensen bekräftade president Russell M. Nelson på nytt "att Herren blett varje värdig, duglig ung man att förbereda sig för och verka som missionär" och att "en mission också [är] en storslagen, men valfri, möjlighet" för "unga och dugliga systrar".¹⁰

Kära unga män och unga kvinnor, era steg i tro hjälper er att följa Herrens uppmaning att verka som missionärer – att vara nutida pionjärer – genom att öppna vägen för Guds barn så att de kan finna och stanna kvar på förbundsstigen som leder tillbaka till hans härliga närhet.

President Nelson har varit en pionjär i kyrkan. Som apostel har han rest till och öppnat många länder för predikandet av evangeliet. Strax efter att han blev profet och president för kyrkan, vädjade han till oss att "öka [vår] andliga kapacitet att ta emot uppenbarelse"¹¹. Han fortsätter att lära oss att stärka våra vittnesbörd. Under



Malaysia.

en andakt för unga vuxna sa han:

”Jag vädjar till dig att ta ansvar för ditt vittnesbörd. Kämpa för det. Ta hand om det. Värda det. Ge det när-
ing så att det växer ...

Håll sedan utkik efter de under-
verk som kommer att ske i ditt liv.”¹²

Han lär oss hur vi kan bli mer
andligt oberoende. Han sa att ”i
kommande dagar blir det inte möjligt
att överleva andligt utan den Helige
Andens ledande, tröstande och ständ-
iga inflytande”.¹³

Jag vittnar om att president Russell
M. Nelson är Guds profet på jorden
i dag.

Vår Frälsare Jesus Kristus är
den ultimata pionjären vad gäller
att bereda vägen. Han *är* förvisso
”vägen”¹⁴ som fullbordar frälsnings-
planen så att vi kan omvända oss, och
genom tro på honom återvända till
vår himmelske Fader.

Jesus sa: ”Jag är vägen, sanningen
och livet. Ingen kommer till Fadern
utom genom mig.”¹⁵ Han har lovat
att inte lämna oss faderlösa, han ska
komma till oss i våra provningar.¹⁶
Han har uppmanat oss att ”komma till
[honom] med helhjärtat uppsåt, så att
[han] kan hela [oss]”.¹⁷

Jag vittnar om att Jesus Kristus är
vår Frälsare och vår Återlösare, vår
Medlare inför Fadern. Vår himmelske
Fader har öppnat vägen för oss så att
vi kan återvända till honom genom
att följa hans älskade Son, Jesus
Kristus, där varje steg är ett steg i tro.

Mina förfäder och andra tidiga
pionjärer ställdes inför många hin-
der när de kom med vagnar, hand-
kärror och till fots till Saltsjödalén. Vi
kommer också att möta provningar
under våra enskilda resor genom
livet. Vi drar inte handkärror eller
kör tackta vagnar över branta berg
och genom djupa snödrivor; vi



Norge.

försöker, liksom de, att andligen
övervinna vår tids frestelser och
svårigheter. Vi har stigar att vandra
på; vi har kullar – och ibland berg
– att bestiga. Även om dagens
provningar skiljer sig från de tidiga
pionjärernas så är de inte mindre
utmanande för oss.

Det är viktigt att följa profeten
och hålla våra fötter stadigt placer-
ade på förbundsstigen av trofasthet,
precis som det var för de tidiga
pionjärerna.

Låt oss följa Jesus Kristus med tro
i varje steg. Vi behöver tjäna Herren
och tjäna varandra. Vi behöver
stärka oss själva andligen genom
att hålla och hedra våra förbund. Vi
får inte förlora känslan av att det är
brådsnande att hålla buden. Satan
försöker försvaga vår hängivenhet
och vår kärlek till Gud och Herren
Jesus Kristus. Kom ihåg att om någon
av oss går vilse så kommer vi aldrig
att vara förlorade för vår Frälsare.
Välsignade med omvändelse kan vi
vända oss till honom. Han hjälper oss
lära, utvecklas och förändras medan
vi strävar efter att stanna kvar på
förbundsstigen.

Må vi alltså följa i Jesu Kristi fotspår
och, med tro i varje steg, fokusera på

honom och hålla våra fötter stadigt
placerade på förbundsstigen, är min
ödmjuka bön i Jesu Kristi namn,
amen. ■

SLUTVNOTER

1. Se K. Newell Dayley, ”Varje steg, ett steg i tro”, *Nordstjärnan*, feb. 1997, s. 22–23.
2. Dayley, ”Varje steg, ett steg i tro”, *Nordstjärnan*, feb. 1997, s. 22–23.
3. Se Henry Ballards dagbok, L. Tom Perry Special Collections, Harold B. Lee Library, Brigham Young University, Provo, Utah, archives.lib.byu.edu/repositories/ltpsc/resources/upb_msssc998.
4. Se ”A ‘Small Glimpse’ into Pioneer Experiences”, *Church News*, 15 juni 1996, [thechurchnews.com](https://www.thechurchnews.com).
5. Se *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph F. Smith* (1999), s. xiv.
6. Se Douglas O. Crookston, red., *Henry Ballard: The Story of a Courageous Pioneer, 1832–1908* (1994), s. 14–15.
7. Se *Merriam-Webster.com Dictionary*, ”pioneer”.
8. Jakobs brev 1:5.
9. Se Joseph Smith – Historien 1:5–20.
10. Russell M. Nelson, ”Predika fredens och fridens evangelium”, *Liahona*, maj 2022, s. 6; betoning i originalet togs bort.
11. Russell M. Nelson, ”Uppenbarelse för kyrkan, uppenbarelse för våra liv”, *Liahona*, maj 2018, s. 96.
12. Se Russell M. Nelson, ”Val för evigheten” (världsomfattande andakt för unga vuxna, 15 maj 2022), broadcasts.ChurchofJesusChrist.org.
13. Russell M. Nelson, ”Uppenbarelse för kyrkan, uppenbarelse för våra liv”, s. 96.
14. Johannes 14:6.
15. Johannes 14:6.
16. Se Johannes 14:16–18.
17. 3 Nephi 18:32.



Syster Kristin M. Yee

andra rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap

Huvudprydnad i stället för aska: Förlåtelsens helande stig

Att leva på ett sådant sätt att du ger huvudprydnad i stället för askan i ditt liv är en handling i tro som följer Frälsaren.

Första Samuelsboken innehåller en mindre välkänd berättelse om David, Israels framtida kung och en kvinna, Abigail.

Efter Samuels död flydde David och hans män från kung Saul, som ville döda honom. De beskyddade hjordarna och tjänarna som tillhörde en rik, elak man vid namn Nabal. David sände tio av sina män för att hälsa på Nabal och begära välbehövlig mat och förnödenheter.

Nabal avslog Davids begäran med en förolämpning och skickade i väg hans män tomhänta.

En förolämpad David förberedde sina män för att konfrontera Nabal och hans folk med orden: "Han har lönat gott med ont."¹ En tjänare berättade för Abigail, Nabals hustru, om hur illa hennes man hade behandlat Davids män. Abigail samlade snabbt ihop den mat och de förnödenheter som behövdes och gav sig av för att medla.

När Abigail mötte honom föll hon genast "ner på sitt ansikte inför David och bugade sig mot marken.

Hon föll ner för hans fötter och sade: 'Det är jag, min herre, som bär skulden ...

Och nu ... [har Herren] hindrat dig från att dra på dig blodskuld och ta rätten i egna händer ...

Och låt nu denna välsignelsegåva

som din tjänarinna har med till min herre ges åt männen ...

Förlåt din tjänarinna vad hon har brutit ...

Då sade David till Abigail: 'Välsignad är Herren, Israels Gud, som i dag sände dig för att möta mig!

Välsignad är din klokhets och välsignad är du själv som i dag har hindrat mig från att dra på mig blodskuld och ta rätten i mina egna händer! ...

Sedan tog David emot vad hon hade fört med sig till honom och han sade till henne: 'Gå hem i frid! ... Jag har lyssnat till dina ord och gör som du vill.'²

De skildes åt i frid.

I den här berättelsen kan Abigail ses som en kraftfull sinnebild eller symbol för Jesus Kristus.³ Genom sitt försoningsoffer kan han befria oss från synden och bördan av ett oförsönligt hjärta och ge oss den näring vi behöver.⁴

Precis som Abigail var villig att ta på sig Nabals synd tog även Frälsaren – på ett ofattbart sätt – på sig våra



Argentina.

synder och deras synder som har sårat eller förolämpat oss.⁵ I Getsemane och på korset tog han på sig dessa synder. Han gav oss ett sätt att släppa taget om hämndlystnad. Det "sättet" är genom förlåtelse – vilket kan vara något av det svåraste vi någonsin gör och något av det mest gudomliga vi någonsin upplever. På vägen till förlåtelse kan Jesu Kristi försonande kraft flöda in i våra liv och börja läka hjärtats och själens djupa sprickor.

President Russell M. Nelson har lärt att Frälsaren erbjuder oss förmågan att förlåta:

"Genom hans oändliga försoning kan ni förlåta dem som har sårat er och som kanske aldrig kommer att ta ansvar för sin grymhet mot er.

Det är oftast lätt att förlåta någon som uppriktigt och ödmjukt ber om förlåtelse. Men Frälsaren ger dig förmågan att förlåta alla som har behandlat dig illa på något sätt. Då kan deras sårande handlingar inte längre plåga din själ."⁶

Att Abigail tog med sig ett överflöd av mat och förnödenheter kan lära oss att Frälsaren erbjuder dem som har blivit sårade och skadade den näring och hjälp vi behöver för att läka och bli hela.⁷ Vi behöver inte ta följderna av andras gärningar på egen hand; vi kan också bli hela och få möjligheten att räddas från tyngden av ett oförsonligt hjärta och eventuella följder.

Herren har sagt: "Jag, Herren, förlåter den jag vill förlåta, men av er krävs det att ni förlåter alla människor."⁸ Herren förväntar sig att vi förlåter för vårt eget bästa.⁹ Men han ber oss inte att göra det utan hans hjälp, hans kärlek eller hans förståelse. Genom våra förbund med Herren kan var och en av oss få den stärkande kraft, vägledning och hjälp vi behöver för att både förlåta och få förlåtelse.

Ni ska veta att när ni förlåter någon så innebär det inte att ni försätter er i en situation där ni fortsätter att bli sårade. "Vi kan arbeta på att förlåta någon och ändå känna oss manade av Anden att hålla oss borta från dem."¹⁰

Precis som Abigail hjälpte David att inte få "samvetsqual"¹¹ och att få den hjälp han behövde, kommer Frälsaren att hjälpa dig. Han älskar dig och han möter dig på din väg "med läkedom under sina vingar"¹². Han vill att du ska känna frid.

Jag har själv bevittnat hur Kristi mirakel har läkt mitt oförsonliga hjärta. Jag har fått tillstånd av min far att berätta att jag växte upp i ett hem där jag inte alltid kände mig trygg på grund av känslomässiga och verbala övergrepp. Som barn och ung vuxen var jag bitter på min far och kände ilska som kom från den smärtan.

Med åren och genom ansträngningar att finna frid och läkedom på förlåtelsens stig har jag fått en djupare insikt om att samme Guds Son som sonade för mina synder är samme Återlösare som även räddar dem som har sårat mig djupt. Jag kunde inte riktigt tro på den första sanningen utan att tro på den andra.

När min kärlek till Frälsaren har ökat har även min önskan att ersätta smärta och ilska med hans helande balsam ökat. Det har varit en mångårig process som har krävt mod, sårbarhet, uthållighet och att jag lärde mig lita på Frälsarens gudomliga kraft att frälsa och hela. Jag har fortfarande arbete att göra, men mitt hjärta är inte längre oförsonligt. Jag har fått "ett nytt hjärta"¹³ – ett som har känt en personlig Frälsares djupa och bestående kärlek, han som förblev hos mig, ledde mig ömt och tålmodigt till en bättre plats, grät med mig och kände min smärta.



Herren har gett mig kompenserande välsignelser, precis som Abigail gav David det han behövde. Han har skickat mentorer till mig. Och det som har varit ljuvast och förändrat mig mest av allt är min relation till min himmelske Fader. Genom honom har jag tacksamt fått känna en fullkomlig Faders ömma, beskyddande och vägledande kärlek.

Äldste Richard G. Scott har sagt: "Ni kan inte stryka ut det som skett, men ni kan förlåta."¹⁴ Förlåtelsen läker hemska, tragiska sår, för den tillåter att Guds kärlek renar ert hjärta och sinne från hatets gift. Den rensar medvetandet från en önskan att hämnas. Den lämnar rum åt Herr-ens renande, läkande, återställande kärlek."¹⁵

Min jordiske far har också upplevt underverket av en hjärtats förändring de senaste åren och har vänt sig till Herren – något jag inte hade väntat mig i det här livet. Ännu ett vittnesbörd för mig om Jesu Kristi fullständiga och förändrande kraft.

Jag vet att han kan bota syndaren och dem som har fallit offer för synd. Han är världens Frälsare och Återlösare, som lade ner sitt liv så att vi kan leva igen. Han sa: "Herrens Ande är över mig, för han har smort mig till att förkunna glädjens budskap för de fattiga. Han har sänt mig [*att hela brustna hjärtan*], att utropa frihet för de fångna och syn för de blinda, att ge de förtryckta frihet."¹⁶



Nordirland.

Till alla dem som har brustna hjärtan, är fångna, förtryckta och kanske förblindade av smärta eller synd erbjuder han läkedom, återhämtning och befrielse. Jag vittnar om att det helandet och den återhämtning som han erbjuder är verklig. När det helandet sker är individuellt och vi kan inte döma någon för hur lång tid det tar dem. Det är viktigt att vi låter oss själva få den tid vi behöver för att läka och att vi är snälla mot oss själva under tiden. Frälsaren är alltid barmhärtig och uppmärksam och redo att bistå oss enligt våra behov.¹⁷

På vägen mot förlåtelse och läkedom finns valet att inte hålla fast vid osunda mönster eller relationer i våra familjer eller någon annanstans. Alla i vår omgivning kan bemötas med vänlighet i stället för grymhet, kärlek

i stället för hat, mildhet i stället för hårdhet, trygghet i stället för oro och frid i stället för fientlighet.

Att ge det du själv blivit förnekad är en kraftfull del av gudomlig läkedom som gjorts möjlig genom tro på Jesus Kristus. Att leva på ett sådant sätt att du ger, som Jesaja sa, huvudprydnad i stället för askan i ditt liv¹⁸ är en handling i tro som följer Frälsarens enastående föredöme, han som led allt så att han skulle kunna bistå alla.

Josef i Egypten levde ett liv i aska. Han var hatad av sina bröder, förrådd, såld som slav, orättvist fängslad och glömd av någon som hade lovat att hjälpa honom. Ändå litade han på Herren. "Herren var med Josef"¹⁹ och helgade hans prövningar till välsignelse och utveckling – och till befrielse av hans familj och hela Egypten.

När Josef mötte sina bröder som en stor ledare i Egypten kom hans förlåtelse och klarare perspektiv till uttryck i de nådefulla ord han talade:

"Men var inte ledsna och sörj inte över att ni sålde mig hit. Det var för att rädda liv som Gud sände mig hit före er ...

Det är alltså inte ni som sänt mig hit utan Gud."²⁰

Genom Frälsaren blev Josefs liv "huvudprydnad i stället för aska"²¹.

Kevin J Worthen, rektor för BYU, har sagt att Gud "kan göra så att bra saker kommer ... inte bara genom våra framgångar utan också genom våra misslyckanden och andras misslyckanden som orsakar oss smärta. Så god och mäktig är Gud."²²

Jag vittnar om att det största exemplet på kärlek och förlåtelse är vår Frälsare Jesus Kristus, som i bitter smärta sa: "Far, förlåt dem, för de vet inte vad de gör."²³

Jag vet att vår Fader i himlen önskar att alla hans barn ska känna godhet och hopp. Vi läser i Jeremia: "Jag vet vilka tankar jag har för er, säger Herren, nämligen fridens tankar."²⁴

Jesus Kristus är din personlige Messias, din kärleksfulle Återlösare och Frälsare, som känner ditt hjärtas vädjan. Han önskar dig läkedom och glädje. Han älskar dig. Han gråter med dig när du sörjer och gläds åt att göra dig hel. Må vi fatta mod och ta hans kärleksfulla hand som alltid är utsträckt²⁵ när vi går på förlåtelsens helande stig. Det är min bön i Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. 1 Samuelsboken 25:21.
2. 1 Samuelsboken 25:23–24, 26–28, 32–33, 35.
3. Se *Old Testament Seminary Student Manual* (2018), s. 449–450.
4. Se James L. Ferrell, *The Peacegiver: How Christ Offers to Heal Our Hearts and Homes* (2004), s. 29.



Äldste Paul V. Johnson
i de sjuttios presidentskap

5. Se *Old Testament Seminary Student Material*, s. 449–450.
6. Russell M. Nelson, "Fyra gåvor som Jesus Kristus erbjuder dig" (Första presidentskapets julandakt, 7 dec. 2018), broadcasts.ChurchofJesusChrist.org.
7. Se Ferrell, *The Peacegiver*, s. 53.
8. Läran och förbunden 64:10.
9. Se James E. Faust, "Förlåtelsens helande kraft", *Liahona*, maj 2007, s. 67–69.
10. "Forgiveness Doesn't Mean Putting Up with Getting Hurt", 16 mars 2022, ChurchofJesusChrist.org.
11. 1 Samuelsboken 25:31.
12. Malaki 4:2.
13. Hesekiel 36:26.
14. Se Läran och förbunden 64:10.
15. Richard G. Scott, "De tragiska ärrarna efter övergrepp kan läka", *Nordstjärnan*, juli 1992, s. 33.
16. Se Lukas 4:18, betoning tillagd; se även King James Version, Luke 4:18.
17. Se Alma 7:11–12.
18. Se Jesaja 61:3.
19. 1 Moseboken 39:2, 21.
20. 1 Moseboken 45:5, 8.
21. Jesaja 61:3.
22. Kevin J. Worthen, "The Y on the Mountain", (examenstal vid Brigham Young University, 25 april 2019), s. 3 speeches.byu.edu.
23. Lukas 23:34.
24. Jeremia 29:11.
25. Se Jakob 6:5.

Bli fullkomnade i honom

Vår fullkomlighet är endast möjlig genom Guds nåd.

Vår himmelske Fader och vår Frälsare Jesus Kristus har makt att frälsa oss och förändra oss. De kan hjälpa oss att bli som de är.

För några år sedan började ett av våra yngre barnbarn, Aaron, få problem med sin hälsa. Han blev trött, fick en hel del blåmärken och såg inte frisk ut. Efter medicinska tester fick han diagnosen svår aplastisk anemi, en sjukdom där hans benmärg slutade producera röda blodkroppar, vita blodkroppar och blodplättar. Utan behandling och på sikt ett botemedel

kunde hans blod inte koagulera ordentligt eller bekämpa infektioner, så även lättare fall, skador eller sjukdomar kunde snabbt bli livshotande.

Under en tid fick Aaron regelbundet transfusioner av blodplättar och blod för att hålla honom utom fara. Läkarna förklarade att det enda botemedlet mot sjukdomen var en benmärgstransplantation, och att den bästa chansen att lyckas var att ha ett syskon som donator. Om ett av hans syskon var en idealisk matchning kunde transplantationen bli livräddande. Hans fyra yngre bröder testades, och en, Maxwell, bedömdes vara en perfekt matchning.

Även med en perfekt donator-matchning innebär en benmärgstransplantation fortfarande en allvarlig risk för komplikationer. Processen krävde att Aarons egna celler i hans sjuka benmärg förstördes genom en kombination av cellgifts- och strålbehandling innan han fick stamcellerna från sin bror Maxwells benmärg. Sedan, på grund av Aarons nedsatta immunförsvar, behövde han isoleras på sjukhuset i flera veckor och därefter hemma i flera månader med särskilda rutiner, restriktioner och mediciner.

Förhoppningen med transplantationen var att Aarons kropp inte skulle stöta bort donatorcellerna och



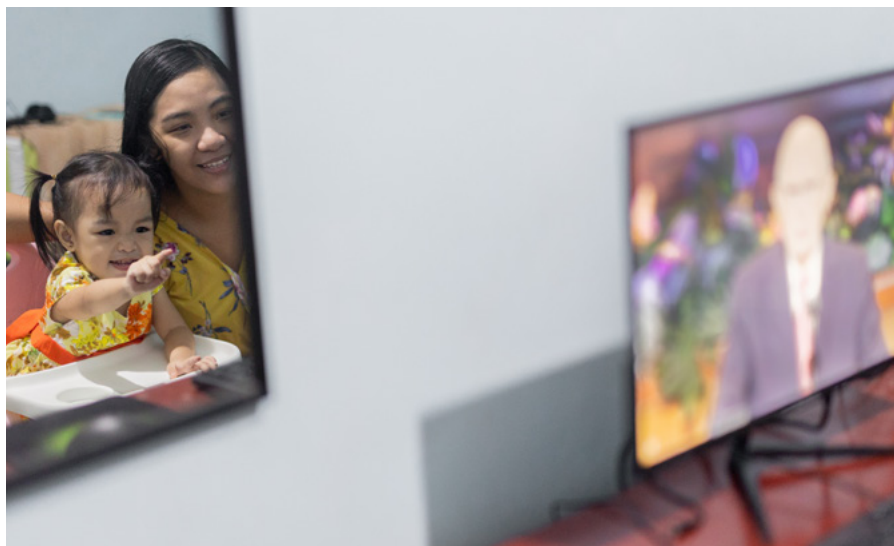
Chile.

att Maxwells celler gradvis skulle producera de nödvändiga röda och vita blodkropparna och blodplättarna i Aarons kropp. En lyckad donator-transplantation orsakar en mycket påtaglig fysiologisk förändring. Häpnadsväckande nog förklarade en läkare att om Aaron begick ett brott och lämnade blod efter sig på brottsplatsen, kunde polisen arrestera hans bror Maxwell. Det beror på att Aarons blod skulle komma från Maxwells transplanterade celler och ha Maxwells dna, och så skulle det vara under resten av hans liv.

Att Aaron kunde räddas genom sin brors blod har väckt många tankar om Jesu Kristi försonande blod och hur hans försoning påverkar oss. Jag vill i dag fokusera på den bestående, livgivande förändringen som sker när vi låter Herren utföra underverk i oss.¹

Aaron hade inte kraften inom sig själv att övervinna sjukdomen. Hans kropp kunde inte tillverka de blodkroppar som behövdes för att uppehålla hans liv. Vad han än gjorde personligen så kunde han inte läka sin benmärg. Liksom Aaron inte kunde bota sig själv, kan vi inte frälsa oss själva. Hur dugliga, utbildade, lysande eller starka vi än är, kan vi inte rena oss själva från våra synder, förändra våra kroppar till ett odödligt tillstånd eller upphöja oss själva. Det är endast möjligt genom Frälsaren Jesus Kristus och hans gränslösa försoning. "Det finns ingen annan väg, och inte heller något annat namn givet under himlen varigenom människan kan bli frälst i Guds rike."² Det är hans försonande blod som renar oss och heliggör oss.³

Aaron kunde inte bota sig själv, men för att transplantationen skulle fungera behövde han vara villig att göra det som läkarna bad om – även ytterst svåra saker. Även om vi inte



Filippinerna.

kan frälsa oss själva, är vägen öppen för vår återlösning när vi underkastar oss Herrens vilja och håller våra förbund.⁴ Liksom den anmärkningsvärda processen där själva DNA:t i Aarons kropp förändrades, kan vi låta våra hjärtan förändras⁵, återspegla hans bild i våra ansikten⁶ och bli nya skapelser i Kristus⁷.

Alma påminde folket i Zarahemla om den föregående generationen som blivit omvänd. När Alma talade om sin far förklarade han att "i enlighet med hans tro ägde en mäktig förändring rum i hans hjärta".⁸ Sedan frågade han: "Har ni upplevt denna mäktiga förändring i era hjärtan?"⁹ Det var inte folket som hade förändrat sina egna hjärtan. Herren utförde den faktiska förändringen. Alma var mycket tydlig med det. Han sa: "Se, han förändrade deras hjärtan."¹⁰ De "ödmjukade sig och satte sin lit till den sanne och levande Guden ... [och] var trofasta intill änden ... [och] blev frälsta."¹¹ Människorna var villiga att öppna sina hjärtan och utöva tro, och sedan förändrade Herren deras hjärtan. Och vilken mäktig förändring det blev! Tänk på skillnaden mellan dessa två män som hette Alma, före och efter att deras hjärtan hade förändrats.¹²

Vi är barn till Gud med en majestätisk bestämmelse. Vi kan bli förändrade och bli som han är och få "glädjens fullhet"¹³. Satan, å andra

sidan, vill att vi ska bli lika olyckliga som han är.¹⁴ Vi har förmågan att välja vem vi följer.¹⁵ När vi följer Satan ger vi honom makt.¹⁶ När vi följer Gud ger han oss kraft.

Frälsaren lärde att vi "ska vara fullkomliga"¹⁷. Det här kan kännas skrämmande. Jag kan tydligt se mina personliga ofullkomligheter och är smärtsamt medveten om avståndet mellan mig och fullkomlighet. Vi kanske har en tendens att tro att vi måste fullkomliggöra oss själva, men det är inte möjligt. Att följa varje förslag i världens alla självhjälpsböcker kommer inte att åstadkomma det. Det finns bara en väg och ett namn varigenom fullkomlighet kommer. Vi är "fullkomliggjorda genom Jesus, det nya förbundets medlare, som åstadkom denna fullkomliga försoning genom att utgjuta sitt eget blod"¹⁸. Vår fullkomlighet är endast möjlig genom Guds nåd.

Kan ni föreställa er hur överväldigande det skulle ha varit för vår unge sonson Aaron att anta att han själv måste förstå och utföra alla de medicinska procedurerna i samband med transplantationen? Vi ska inte anta att vi behöver göra det som bara Frälsaren kan göra i vår mirakulösa fullkomlighetsprocess.

När Moroni avslutade sin uppteckning lärde han: "Ja, kom till Kristus och bli fullkomnade i honom ... Och om ni avstår från all ogudaktighet och

älskar Gud av all er förmåga, allt ert sinne och all er styrka, då är hans nåd tillräcklig för er så att ni genom hans nåd kan bli fullkomliga i Kristus.”¹⁹ Vilken trösterik och mäktig sanning! Hans nåd är tillräcklig för mig. Hans nåd är tillräcklig för dig. Hans nåd är tillräcklig för alla som ”arbetar och är tyngda av bördor”²⁰.

Med medicinska behandlingar som Aarons finns det alltid en viss osäkerhet kring resultatet. Faktum är att Aaron behövde en andra transplantation när det blev komplikationer med den första. Tack och lov behöver vi inte undra om det kommer att hända vid en hjärtats andliga förändring. När vi lever enligt hans vilja ”med fullkomlig förtröstan på hans förtjänster som är mäktig att frälsa”²¹, har vi en 100-procentig garanti för att bli renade genom Frälsarens blod och till slut bli fullkomliggjorda i honom.

Han är ”en sanningens Gud och kan inte ljuga”²².

Det råder ingen tvekan om att den här förändringsprocessen tar tid och inte kommer att slutföras förrän efter det här livet, men löftet är säkert. När uppfyllelsen av Guds löften verkar vara långt borta, håller vi fortfarande fast vid dessa löften med vetskap om att de kommer att uppfyllas.²³

Den mirakulösa förändringen av Aarons hälsa har medfört stor glädje för vår familj. Föreställ er den stora glädjen i himlen när mäktiga förändringar sker i våra själar.

Vår himmelske Fader och vår Frälsare Jesus Kristus älskar oss och har nådigt erbjudit sig att förändra och fullkomliggöra oss. De vill göra det. Det är centralt i deras verk och härlighet.²⁴ Jag vittnar om att de har makt att göra det när vi kommer till dem i tro. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Alma 23:6.
2. 2 Nephi 31:21.
3. Se 1 Petrusbrevet 1:18–19; Uppenbarelseboken 1:5; Mose 6:59–60.
4. Se 3 Nephi 18:1–12; 27:20; Läran och förbunden 132:19.
5. Se Alma 5:7.
6. Se Alma 5:14.
7. Se Mosiah 27:25–27.
8. Alma 5:12.
9. Alma 5:14.
10. Alma 5:7.
11. Alma 5:13.
12. Se Mosiah 18:1–3; 27:8–10; Alma 4:15–20.
13. Läran och förbunden 93:33.
14. Se 2 Nephi 2:18.
15. Se 2 Nephi 2:27.
16. Se 2 Nephi 26:22; 28:22; Mosiah 16:5; Alma 34:39; 3 Nephi 7:5; Läran och förbunden 29:40.
17. 3 Nephi 12:48.
18. Läran och förbunden 76:69.
19. Moroni 10:32.
20. Matteus 11:28.
21. 2 Nephi 31:19.
22. Ether 3:12.
23. Se Hebreerbrevet 11:13.
24. Se Mose 1:39.





Äldste Ulisses Soares
i de tolv apostlarnas kворum

I partnerskap med Herren

Jesu Kristi återställda evangelium förkunnar principen om fullständigt partnerskap mellan kvinna och man, både i livet på jorden och i evigheten.

Några månader in i vårt äktenskap uttryckte min kära hustru ett intresse för att studera musik. I avsikt att glädja henne bestämde jag mig för att ordna med en stor, hjärtlig överraskning åt min älskling. Jag begav mig till musikaffären och köpte ett piano i present till henne. Ivrigt lade jag kvittot i en ask med en vacker rosett, och gav den till henne med en förväntan om en reaktion av översvallande tacksamhet över hennes extremt kärleksfulle och omtänksamme make.

När hon öppnade den lilla asken och såg innehållet, tittade hon kärleksfullt på mig och sa: "Åh, älskling, du är underbar! Men får jag fråga: Är det en gåva eller en skuld?" När vi hade rådgjort med varandra om överraskningen bestämde vi oss för att häva köpet. Vi levde på en studentbudget, som många nygifta gör. Den här händelsen hjälpte mig att inse hur viktig principen om fullständigt partnerskap är i den äktenskapliga relationen och hur tillämpningen av den kunde hjälpa min hustru och mig att vara av ett hjärta och ett sinne.¹

Jesu Kristi återställda evangelium förkunnar principen om fullständigt partnerskap mellan kvinna och man,

både i livet på jorden och i evigheten. Även om de var för sig har specifika egenskaper och gudagivna ansvar, fyller kvinnan och mannen lika betydelsefulla och nödvändiga roller i Guds plan för sina barns lycka.² Detta var uppenbart ända från begynnelsen då Herren förkunnade "att det inte är gott för mannen att vara ensam, därför [skulle han] göra en lämplig medhjälpare åt honom"³.



I Herrens plan var en "medhjälpare" en följeslagare som skulle gå sida vid sida med Adam i fullständigt partnerskap.⁴ Faktum är att Eva var en himmelsk välsignelse i Adams liv. Genom sin gudomliga natur och sina andliga egenskaper inspirerade hon Adam att arbeta i partnerskap med henne för att åstadkomma Guds plan för hela människosläktets lycka.⁵

Låt oss beakta två grundläggande principer som stärker partnerskapet mellan man och kvinna. Den första principen är att vi alla är lika inför Gud.⁶ Enligt evangeliets lära är skillnaden mellan kvinna och man inte överordnad de eviga löften som Gud har åt sina söner och döttrar. Ingen av dem har större möjligheter att få celestial härlighet än någon annan i evigheten.⁷ Frälsaren själv inbjuder oss alla, Guds barn, "att komma till honom och ta del av hans godhet. Och han avvisar ingen som kommer till honom."⁸ Därför anses vi alla i det sammanhanget vara likvärdiga inför honom.

När makar förstår och införlivar den här principen anser de sig inte vara vd eller vice vd i familjen. Det finns varken överlägsenhet eller underlägsenhet i den äktenskapliga relationen, och ingen går framför eller bakom den andra. De vandrar sida vid sida, som jämlikar, Guds gudomliga avkomma. De blir till ett i tanke, önskan och avsikt med vår himmelske Fader och Jesus Kristus⁹ när de styr och leder familjen tillsammans.

I ett jämbördigt partnerskap är "kärlek inte att äga utan att delta ... en del av det gemensamma skapandet som är vårt kall som människor"¹⁰. "Med sann delaktighet samman-smälter man och hustru i en synergistisk enhet, ett 'evigt herradöme' som 'utan tvångsmedel' strömmar med



Brasilien.

andligt liv till dem och deras efterkommande 'i evigheters evighet'.¹¹

Den andra relevanta principen är den gyllene regeln som Frälsaren lärde ut i sin bergspredikan: "Så som ni vill att människorna ska göra mot er, så ska ni göra mot dem."¹² Den här principen talar för att ha en inställning präglad av gemensamhet, ömsesidighet, enighet och ömsesidigt beroende, och den baseras på det andra stora budet: "Du ska älska din nästa som dig själv."¹³ Den går hand i hand med andra kristna egenskaper såsom tålmod, vänlighet, mildhet och godhet.

För att bättre förstå hur den här principen ska tillämpas kan vi se på det heliga och eviga band som Gud upprättade mellan våra första föräldrar Adam och Eva. De blev ett kött,¹⁴ vilket skapade en dimension av enighet som gjorde att de kunde vandra tillsammans med respekt, tacksamhet och kärlek, och glömma sig själva och sträva efter varandras väl på färden mot evigheten.

Det är samma karaktärsdrag som vi strävar efter i ett enigt äktenskap i dag. Genom tempelbeseglingen ingår en kvinna och en man äktenskapets heliga orden i det nya och

eviga förbundet. Medelst denna prästadömetts orden, får de eviga välsignelser och gudomlig kraft till att styra sin familjs angelägenheter när de lever enligt de förbund de har slutit. Från den stunden går de vidare, ömsesidigt beroende av varandra och i fullständigt partnerskap med Herren, särskilt vad beträffar deras gudagivna ansvar att ha omvårdnad om och presidera i familjen.¹⁵ Att ge omvårdnad och att presidera är sammanhängande och överlappande ansvar, vilket betyder att mödrar och fäder är "skyldiga att hjälpa varandra som likvärdiga

makar”¹⁶ och dela ett ledarskap i jämvikt i hemmet.

”Omvårdnad innebär att fostra, undervisa och stödja” familjens medlemmar, vilket görs genom att man hjälper dem att ”lära sig evangeliets sanningar och att utveckla tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus” i en kärleksfull miljö. Att presidera innebär att ”hjälpa till att leda familjemedlemmarna tillbaka för att vistas i Guds närhet. Det görs genom att man tjänar och undervisar med vänlighet, mildhet och ren kärlek.” Det inbegriper också att man ”leder familjemedlemmarna i regelbunden bön, evangeliestudier och annan gudsdyrkan. Föräldrar verkar i enighet”, och följer Jesu Kristi exempel, ”för att utföra dessa [två stora] ansvar.”¹⁷

Det är viktigt att beakta att ledningen av familjen följer det patriarkaliska mönstret, som i vissa avseenden skiljer sig från präststämmans ledarskap i kyrkan.¹⁸ Det patriarkaliska mönstret innebär att hustrur och makar är ansvariga direkt inför Gud för hur de uppfyller sina heliga ansvar i familjen. Detta kräver ett



Madagaskar.

fullständigt partnerskap – en villighet att foga sig efter alla rättfärdighetens och ansvarighetens principer – och erbjuder möjlighet till utveckling i en kärleksfull miljö präglad av ömsidig hjälpsamhet.¹⁹ De här särskilda ansvaren antyder inte hierarki, och utesluter helt och hållet allt missbruk eller felaktigt utövande av auktoritet.

Adams och Evas erfarenhet, efter att de lämnat Edens lustgård, är ett underbart exempel på ömsidigt beroende mellan en mor och en far i omvårdnaden om och ledarskapet över sin familj. Som vi lär oss i Moses

bok arbetade de tillsammans med att bruka jorden i sitt anletes svett för att kunna sörja för familjens fysiska välfärd;²⁰ de satte barn till världen;²¹ de åkallade Herrens namn tillsammans och hörde hans röst ”från vägen till Edens lustgård”;²² de tog emot de befallningar Herren gav dem och strävade efter att lyda dem.²³ Sedan ”kungjorde [de] allt för sina söner och sina döttrar”²⁴ och ”upphörde inte att åkalla Gud”²⁵ tillsammans enligt sina behov.

Mina kära bröder och systrar, att ge omvårdnad och att presidera är möjligheter, inte begränsningar. En person må ha ansvar för något men är kanske inte den enda som gör det. När kärleksfulla föräldrar förstår dessa två betydande ansvar väl, strävar de tillsammans efter att skydda och vårda sina barns fysiska och känslomässiga mående. De hjälper dem också att trotsa andliga faror i vår tid genom att vårda dem med Herrens goda ord så som dessa har uppenbarats för hans profeter.

Även om make och hustru stöttar varandra i sina gudagivna ansvar kan ”handikapp, död eller andra omständigheter ... göra det nödvändigt med individuella anpassningar”²⁶. Ibland



kan den ena eller den andra av makarna ha ansvaret att agera i båda rollerna samtidigt, antingen temporärt eller permanent.

Jag mötte nyligen en syster och en broder som båda lever i sådana omständigheter. Som ensamstående föräldrar har båda, inom sin familjesfär och i partnerskap med Herren, beslutat att ägna sina liv åt att sörja för sina barns andliga och timliga omvårdnad. De har inte glömt sina tempelförbund som de slutit med Herren och hans eviga löften, trots sina skilsmässor. Båda har sökt Herrans hjälp i allt i sin fortsatta strävan att härda ut sina utmaningar och vandra på förbundsstigen. De litar på att Herren ska sörja för deras behov, inte bara i det här livet, utan i all evighet. Båda har fostrat sina barn genom att undervisa dem med vänlighet, ödmjukhet och ren kärlek, samtidigt som de erfar svåra omständigheter i livet. Såvitt jag vet anklagar dessa två ensamstående föräldrar inte Gud för sina motgångar. I stället ser de framåt med fullkomligt klart hopp och tillit till de välsignelser Herren har förberett för dem.²⁷

Bröder och systrar, Frälsaren var ett fullkomligt exempel på att ha enighet och harmoni med vår himmelske Fader i fråga om syfte och lära. Han bad för sina lärjungar "att de alla ska vara ett, och att de ska vara i oss liksom du, Far, är i mig och jag i dig ... för att de ska vara ett liksom vi är ett".²⁸

Jag vittnar om att när vi – kvinnor och män – samarbetar i ett äkta och likvärdigt partnerskap, får vi njuta den enighet som Frälsaren undervisade om, i det att vi uppfyller våra gudagivna ansvar i våra äktenskapsrelationer. Jag lovar, i Kristi namn, att hjärtan ska bli "förenade i enighet och

i kärlek till varandra"²⁹, att vi ska finna större glädje på färden mot evigt liv, och att vår förmåga att tjäna varandra och tillsammans med varandra ska öka avsevärt.³⁰ Jag vittnar om dessa sanningar i Frälsaren Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Mose 7:18.
2. Se "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", JesuKristiKyrka.org.
3. Mose 3:18; se även 1 Moseboken 2:18.
4. "Herren avsåg att hustrun skulle vara en medhjälpare åt mannen – det vill säga, en jämlik och nödvändig följeslagare i fullständigt partnerskap" (se Howard W. Hunter, "Var en rättfärdig make och far", *Nordstjärnan*, jan. 1995, s. 49).
5. Se Mose 3:18–24; 4:12; 5:10–12.
6. Se Romarbrevet 2:11; 1 Nephi 17:35; 2 Nephi 26:33.
7. Se Mosiah 2:41.
8. 2 Nephi 26:33.
9. SeHandledning för skriftstudier, "Enighet", Skrifterna.JesuKristiKyrka.org.
10. Madeleine L'Engle, *The Irrational Season* (1977), s. 48.
11. Se Bruce C. Hafen och Marie K. Hafen, "Ta er över trösklarna och bli likvärdiga

- kompanjoner", *Liahona*, aug. 2007, s. 30; se även Läran och förbunden 121:45–46.
12. Lukas 6:31; se även Matteus 7:12.
 13. Markus 12:31.
 14. Se 1 Moseboken 2:23–24.
 15. Se "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", JesuKristiKyrka.org.
 16. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", JesuKristiKyrka.org.
 17. Se *Allmän handbok: Tjåna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga*, 2.1.3, JesuKristiKyrka.org.
 18. Se Läran och förbunden 107:21–26; se även *Allmän handbok*, 4.2.4.
 19. Se Dallin H. Oaks, "Prästadörets myndighet i familjen och i kyrkan", *Liahona*, nov. 2005, s. 24–27; och Ezra Taft Benson, "Vad jag hoppas att ni lär era barn om templet", *Nordstjärnan*, maj 1986, s. 1–6.
 20. Se Mose 5:1.
 21. Se Mose 5:2.
 22. Mose 5:4.
 23. Se Mose 5:5.
 24. Mose 5:12.
 25. Mose 5:16.
 26. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", JesuKristiKyrka.org.
 27. Se 2 Nephi 31:20.
 28. Johannes 17:21–22.
 29. Mosiah 18:21.
 30. Se Henry B. Eyring, "Våra hjärtan förenade i enighet", *Liahona*, nov. 2008, s. 68–71.



Italien.



Äldste James W. McConkie III
i de sjuttios kворum

De ville se vem Jesus var

Jag vittnar om att Jesus lever, att han känner oss, och att han har makt att hela, att förvandla och att förlåta.

Bröder, systrar och vänner, år 2013 kallades min hustru Laurel och jag att verka som missionsledare i Tjeckien-/Slovakienmissionen. Våra fyra barn tjänade tillsammans med oss.¹ Vi välsignades som familj med fantastiska missionärer och av de anmärkningsvärda tjeckiska och slovakiska medlemmarna. Vi älskar dem.

När vår familj kom till missionsfältet tog vi med oss en lärdom från äldste Joseph B. Wirthlin. I ett tal med titeln "Det största budet" frågade äldste Wirthlin: "Älskar du Herren?" Hans uppmaning till dem av oss som svarade "ja" var enkel och djup: "Tillbringa tid med honom. Begrunda hans ord. Ta på dig hans ok. Sträva efter att förstå och lyda."² Äldste Wirthlin utlovade sedan välsignelser med omvandlande kraft till dem som är villiga att ge tid och rum åt Jesus Kristus.³

Vi tog äldste Wirthlins uppmaning och löfte till hjärtat. Tillsammans med våra missionärer ägnade vi omfattande tid åt Jesus genom att studera Matteus, Markus, Lukas och Johannes i Nya testamentet och 3 Nephi i Mormons bok. Vid slutet av alla möten för missionärerna ägnade vi oss åt det vi kallade de "fem evangelierna"⁴ genom att läsa, diskutera, begrunda och lära oss om Jesus.

För mig, för Laurel och för våra missionärer gjorde detta att ägna tid åt Jesus i skrifterna all skillnad i världen. Vi fick en djupare uppskattning för den han var och det som var viktigt för honom. Tillsammans reflekterade vi över hur han undervisade, vad han undervisade, hans sätt att visa kärlek, vad han gjorde för att välsigna och tjäna, hans underverk, hur han hanterade svek, vad han gjorde med svåra mänskliga känslor, hans titlar och namn, hur han lyssnade, hur han löste konflikter, världen han levde i, hans liknelser, hur han uppmuntrade till enighet och vänlighet, hans förmåga att förlåta och hela, hans predikningar, hans böner, hans försoningsoffer, hans uppståndelse, hans evangelium.

Vi kände oss ofta "[små] till växten" som Sackeus som sprang och klättrade upp i ett mulbärsfikonträd när Jesus vandrade genom Jeriko, eftersom vi, som Lukas beskrev det, "ville se vem Jesus var".⁵ Det var inte Jesus som vi ville eller önskade att han skulle vara, utan Jesus såsom han verkligen var och är.⁶ Precis som äldste Wirthlin hade lovat fick vi på ett mycket påtagligt sätt veta att "Jesu Kristi evangelium är ett förvandlings evangelium. Det tar emot oss

som jordelivets män och kvinnor och förädlar oss till män och kvinnor för evigheten".⁷

Det var en speciell tid. Vi började tro på att "ingenting är omöjligt för Gud"⁸. Heliga eftermiddagar i Prag, Bratislava och Brno då vi upplevde Jesu kraft och det faktum att han lever, fortsätter att genljuda i livet hos oss alla.

Vi studerade ofta Markus 2:1–12. Berättelsen där är fängslande. Jag vill läsa en del av den direkt ur Markus och sedan berätta vad jag har kommit till insikt om efter omfattande studier och samtal med våra missionärer och andra.⁹

"Några dagar senare kom Jesus tillbaka till Kapernaum. När man fick höra att han var hemma samlades så många att de inte längre fick plats ens utanför dörren. Och han förkunnade ordet för dem.



USA.

Då kom man till honom med en förlamad som bars av fyra män.

När de för folkmassans skull inte kunde komma fram med honom till Jesus, tog de bort taket över platsen där han var. De gjorde en öppning och sänkte ner bädden som den lame låg på.

Jesus såg deras tro och sade till den lame: 'Mitt barn, dina synder är förlåtna.'

Efter en ordväxling med några i folkmassan¹⁰ såg Jesus på den förlamade mannen och botade honom fysiskt med orden:

"Res dig, ta din bädd och gå hem!"

Då reste mannen sig upp, och genast tog han sin bädd och gick ut inför ögonen på dem alla. Och alla blev utom sig av häpnad och prisade Gud och sade: 'Vi har aldrig sett något liknande!'"¹¹

Så här har jag kommit att förstå den här berättelsen: Tidigt i sin verksamhet återvände Jesus till Kaper-naum, en liten fiskeby vid Galileiska sjöns norra strand.¹² Han hade nyligen utfört en rad underverk genom att bota sjuka och driva ut onda andar.¹³ Angelägna om att få höra och uppleva mannen som kallades Jesus, samlades byborna vid det hus som han enligt ryktena besökte.¹⁴ Medan de gjorde det började Jesus undervisa.¹⁵

Husen på den tiden i Kaper-naum hade platta tak, en våning och byggdes i grupper.¹⁶ Taket och väggarna bestod av en blandning av sten, timmer, lera och halm, och nåddes genom en enkel trappa vid sidan av huset.¹⁷ Folkmassan växte snabbt i huset och fyllde rummet där Jesus undervisade, och bredde ut sig på gatan.¹⁸

Berättelsen fokuserar på "en förlamad" man och hans fyra vänner.¹⁹ Förlamning åtföljs ofta av svaghet och



Colombia.

skakningar.²⁰ Jag föreställer mig hur en av de fyra sa till de andra: "Jesus är i byn. Vi vet ju alla vilka underverk han har utfört och vilka han har botat. Om vi bara kan ta vår vän till Jesus så kanske också han kan bli helad."

Så var och en tar de tag i ett hörn av vännens matta, eller bädd, och börjar bära honom längs Kaper-naums vindlande, smala, jordstampade gator.²¹ Med värkande muskler rundar de det sista hörnet bara för att upptäcka att folkmassan som samlats för att lyssna är så stor att det är omöjligt att komma fram till Jesus.²² Med kärlek och tro vägrar de fyra att ge upp. I stället kravlar de sig uppför trappstegen till det platta taket samtidigt som de försiktigt bär sin vän på hans bädd, gör en öppning i taket till rummet där Jesus undervisar och firar sin vän.²³

Betänk att mitt i det som måste ha varit en allvarlig stund av undervisning hör Jesus ett skrapande ljud, tittar upp och ser ett växande hål i taket medan damm och halm faller ner i rummet. En förlamad man på en bädd sänks därefter ner till golvet. Anmärkningsvärt nog uppfattar Jesus att det inte rör sig om ett störande

avbrott utan om något viktigt. Han ser på mannen på bädden, förlåter honom hans synder inför alla och botar honom fysiskt.²⁴

Med tanke på denna berättelse i Markus 2 blir flera viktiga sanningar om Jesus Kristus tydliga. För det första, när vi försöker hjälpa någon vi älskar att komma till Kristus kan vi göra det med förtröstan om att han har förmågan att ta bort syndens börda och förlåta. För det andra, när vi tar fysiska, känslomässiga och andra lidanden till Kristus, kan vi göra det i vetskap om att han har makt att hela och trösta. För det tredje, när vi anstränger oss, likt de fyra, att föra andra till Kristus, kan vi göra det med visshet om att han ser våra sanna intentioner och hedrar dem på lämpliga sätt.

Kom ihåg, Jesu undervisning avbröts av att ett hål gjordes i taket. I stället för att läxa upp eller köra bort de fyra som gjort hålet för att de stört honom, säger skrifterna oss att "Jesus såg deras tro"²⁵. De som bevittnade underverket "prisade Gud som hade gett sådan makt åt människor"²⁶.

Bröder och systrar, låt mig avsluta med ytterligare två insikter. Vare sig



Mexiko.

vi är missionärer, stödsyskon, hjälpföreningspresidenter, biskopar, lärare, föräldrar, syskon eller vänner, är vi alla engagerade som sista dagars heliga lärjungar i att föra andra till Kristus. De egenskaper som uppvisas av de fyra vännerna är således värda att reflektera över och efterlikna.²⁷ De är orädda, följsamma, flexibla, kreativa, mångsidiga, hoppfulla, bestämda, trofasta, optimistiska, ödmjuka och uthålliga.

Dessutom belyser de fyra den andliga vikten av kontaktnät och gemenskap.²⁸ För att kunna föra sin vän till Kristus behöver var och en av de fyra bära sitt hörn av bädden. Om en av dem släpper taget blir det svårare. Om två ger upp blir uppgiften genast omöjlig. Var och en av oss har en uppgift att fylla i Guds rike.²⁹ När vi tar på oss den rollen och gör vår del, bär vi vårt hörn. Vare sig i Argentina eller Vietnam, Accra eller Brisbane, i en gren eller en församling, i en familj eller ett missionärspår, har vi var och en ett hörn att bära. När vi gör det, och om vi gör det, välsignar Herren oss alla. Precis som han såg *deras* tro, ser han också *vår* tro, och välsignar oss som folk.

Vid olika tillfällen har jag burit hörnet av en bädd, och andra gånger har jag varit den som blev buren.

En del av kraften i den här beaktansvärda berättelsen om Jesus är att den påminner oss om hur mycket vi behöver varandra, som syskon, för att komma till Kristus och bli förvandlade.

Det här är något av det jag har lärt mig av att ägna tid åt Jesus i Markus 2.

”Må Gud låta oss kunna [bära vårt hörn], så att vi inte smiter undan, så att vi inte fruktar, utan att vi kan vara starka i vår tro, och beslutsamma i vårt verk att uppnå Herrens syften.”³⁰

Jag vittnar om att Jesus lever, att han känner oss, och att han har makt att hela, att förvandla och att förlåta. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Evie, Wilson, Hyrum och George.
2. Joseph B. Wirthlin, ”Det största budet”, *Liahona*, nov. 2007, s. 30.
3. De välsignelser som äldste Wirthlin pekar ut är en större förmåga att känna kärlek, en villighet att vara lydig mot och mottaglig för Guds bud, en önskan att tjäna andra och en benägenhet att ständigt göra gott.
4. ”Evangelierna ... är en fyrfaldig presentation under fyra olika evangelisters eller evangelieförfattares namn av Jesu liv och lärdomar, och av hans lidande, död och uppståndelse” (Anders Bergquist, ”Bible”, i John Bowden, red., *Encyclopedia of Christianity* [2005], s. 141). Bible Dictionary tillägger att ”ordet *evangelium* betyder ’glädjebudskap’. Glädjebudskapet är att Jesus Kristus har utfört en fullkomlig försoning för mänskligheten som återlöser

hela människosläktet ... Uppteckningarna om hans liv på jorden och händelserna under hans verksamhet kallas evangelierna” (Bible Dictionary, ”Gospels”). Tredje Nephi, som upptecknades av Nephi, Helamans sonson, innehåller en uppteckning om den uppståndne Jesu Kristi besök och undervisning på den amerikanska kontinenten precis efter hans korsfästelse och kan därför också kallas ett ”evangelium”. Evangelierna är särskilt tilltalande eftersom de handlar om händelser och omständigheter där Jesus själv aktivt undervisar och deltar. De är en viktig utgångspunkt för att förstå Jesus som Kristus, vårt förhållande till honom och hans evangelium.

5. Se Lukas 19:1–4; se även Jakob 4:13 (som förklarar att Anden ”talar ... om tingen som de verkligen är och om tingen som de verkligen kommer att vara”) och Läran och förbunden 93:24 (som definierar sanning som ”kunskapen om tingen som de är och som de var och som de kommer att vara”).
6. President J. Reuben Clark uppmuntrade på liknande sätt till studier av ”Frälsarens liv som en verklig person.” Han uppmanade andra att placera sig i de upptecknade redogörelserna för Jesu Kristi liv, att försöka ”följa med Frälsaren, leva med honom, låta honom vara en verklig människa, till hälften gudomlig, så klart, men ändå en som gick omkring som en man gjorde på den tiden”. Vidare lovade han att en sådan ansträngning ”ger dig ett sådant perspektiv på honom, en sådan förtrohet med honom som jag inte tror att du kan få på något annat sätt ... Lär dig vad han gjorde, vad han tänkte, vad han undervisade. Gör som han gjorde. Lev som han levde, så långt du kan. Han var den fullkomlige mannen” (*Behold the Lamb of God* [1962], s. 8, 11). För insikter om värdet av och skälen till att studera Jesus mot en historisk bakgrund, se N. T. Wright och Michael F. Bird, *The New Testament in Its World* (2019), s. 172–187.
7. Joseph B. Wirthlin, ”Det största budet”, s. 29.
8. Lukas 1:37.
9. Förutom regelbundna och omfattande diskussioner om Markus 2:1–12 med missionärerna i Tjeckien-/Slovakienmissionen är jag också tacksam för de lärdomar jag fick när jag reflekterade över den här texten tillsammans med unga män och unga kvinnor i Highland stavs missionsförberedande kurs samt med ledare och medlemmar i Pioneers stav för unga ensamstående vuxna i Salt Lake City.
10. Se Markus 2:6–10.
11. Markus 2:11–12.

12. Se Bruce M. Metzger och Michael D. Coogan, red., *The Oxford Companion to the Bible* (1993), s. 104; James Martin, *Jesus: A Pilgrimage* (2014), s. 183–184.
13. Se Markus 1:21–45.
14. Se Markus 2:1–2.
15. Se Markus 2:2.
16. Se Metzger and Coogan, *The Oxford Companion to the Bible*, s. 104; William Barclay, *The Gospel of Mark* (2001), s. 53.
17. Se Barclay, *The Gospel of Mark*, s. 53; se även Martin, *Jesus: A Pilgrimage*, s. 184.
18. Se Markus 2:2, 4; se även Barclay, *The Gospel of Mark*, s. 52–53. Barclay förklarar att "livet i Palestina var mycket offentligt. På morgonen öppnades dörren till huset och vem som helst som ville kunde gå in och ut. Dörren stängdes aldrig såvida inte någon avsiktligt ville vara ifred. En öppen dörr innebar en öppen inbjudan för alla att komma in. I de mer anspråkslösa [hemmen] så som [det som nämns i Markus 2] måste ha varit, fanns det ingen hall vid entrén; dörren öppnades direkt ... ut mot gatan. Så på nolltid hade folkmassan fyllt rummet helt och blockerat gången vid dörren, och alla lyssnade de ivrigt på det som Jesus hade att säga."
19. Markus 2:3.
20. Se *Medical Dictionary of Health Terms*, "palsy" [förlamning] health.harvard.edu.
21. Se Martin, *Jesus: A Pilgrimage*, s. 184.
22. Markus 2:4.
23. Se Markus 2:4; se även Julie M. Smith, *The Gospel according to Mark* (2018), s. 155–171.
24. Se Markus 2:5–12.
25. Markus 2:5, betoning tillagd.
26. Matteus 9:8; se även Markus 2:12; Lukas 5:26.
27. Läran och förbunden 62:3 förklarar att Herrens tjänare är "välsignade, för det vittnesbörd som ni har burit är upptecknat i himlen ... och era synder är er förlätna".
28. Se M. Russell Ballard, "Hopp i Kristus", *Liahona*, maj 2021, s. 53–56. President Ballard framhåller att en "känsla av tillhörighet" är viktig för både fysisk och andlig hälsa, och han konstaterar att "varje medlem i era kvorum, organisationer, församlingar och stavar har gudagivna gåvor och talanger som kan hjälpa till att bygga upp hans rike nu". Se även David F. Holland, *Moroni: A Brief Theological Introduction* (2020), s. 61–65. Holland resonerar kring Moroni 6 och de sätt varpå deltagande och gemenskap i ett trossamfund underlättar den typ av personlig andlig upplevelse som sätter oss i närmare förbindelse med himlen.
29. Se Dieter F. Uchtdorf, "Lyft där ni står", *Liahona*, nov. 2008, s. 56. Äldste Uchtdorf förklarar: "Inte heller kan eller borde någon av oss driva Herrens verk helt själv. Men om vi står tätt tillsammans på den plats som Herren har utsett och lyfter där vi står, kan inget hindra detta gudomliga verk från att gå framåt." Se även Chi Hong (Sam) Wong, "Var eniga i räddningsarbetet", *Liahona*, nov. 2014, s. 15. Äldste Wong hänvisar till Markus 2:1–5 och lär att vi "för att kunna bistå Frälsaren måste ... samarbeta i enighet och harmoni. Alla, varje ämbete och varje kall, är viktiga."
30. Oscar W. McConkie, i Conference Report, okt. 1952, s. 57.



Elfenbenskusten.



Äldste Jorge F. Zeballos
i de sjuttios kворum

Bygg ett liv som är motståndskraftigt mot den onde

Jag ber att vi må fortsätta att bygga våra liv enligt ritningarna och de tekniska specifikationer som finns i den gudomliga konstruktion som utarbetats av vår himmelske Fader.

Under årens gång har vi från den här vackra talarstolen i konferenscentret fått strålande råd, inspiration, undervisning och uppenbarelse. Ibland har talarna använt liknelser från sina egna kunskapsområden och erfarenheter för att på ett tydligt och kraftfullt sätt illustrera en princip i

Jesu Kristi evangelium.

På det här sättet har vi till exempel fått lära oss om flygplan och flygresor, där en mycket liten avvikelse kan leda oss till en plats långt ifrån vår ursprungliga destination.¹ På det här sättet har vi också lärt oss av en jämförelse mellan vårt fysiska hjärtas

funktion och den kraftfulla hjärtats förändring som krävs för att svara på Herrens inbjudan att följa honom.²

Den här gången vill jag i ödmjukhet lägga till en jämförelse som inspirerats av ett område inom min yrkesförberedelse. Jag talar om civilingenjörens värld. Ända från början av mina universitetsstudier hade jag drömt om dagen då jag skulle vara behörig att gå den kurs där jag skulle få lära mig hur man konstruerar byggnader och andra strukturer som sedan kunde anses vara "anti-seismiska" (jordbävningssäkra).

Dagen för min första föreläsning i ämnet kom. Föreläsarens första ord var: "Ni är säkert angelägna om att få påbörja den här kursen och lära er hur man konstruerar anti-seismiska byggnader", och många av oss nickade entusiastiskt. Sedan sa föreläsaren: "Jag är ledsen att behöva meddela att det inte är möjligt, för jag kan inte lära er hur man konstruerar en byggnad som är emot, det vill säga 'anti-' eller som hindrar, en jordbävning. Det är ologiskt", sa han, "för jordbävningar sker ändå, vare sig vi tycker om det eller ej."



Sedan tillade han: "Det jag kan lära er är hur man konstruerar byggnader som är motståndskraftiga mot jordbävningar, som kan stå emot krafterna i en jordbävning, så att byggnaden står kvar utan allvarliga skador och sedan kan fortsätta att fylla den funktion den skapats för."

Ingenjören utför de beräkningar som anger dimensionerna, egenskaperna och kännetecknen för grunden, pelarna, bjälkarna, betongplattorna och andra beståndsdelar som konstrueras. Dessa resultat omformas till ritningar och tekniska specifikationer som måste följas noggrant av byggherren för att arbetet ska ta form och kunna uppfylla det syfte det ritades och byggs för.

Även om över 40 år har gått sedan den där första föreläsningen om jordbävningstålig ingenjörskonst minns jag tydligt det ögonblick då jag började förvärva en djupare, mer fullständig kunskap om den absoluta nödvändigheten av att detta koncept skulle finnas i de byggnader jag skulle rita i mitt framtida yrkesliv. Inte bara det, utan vad viktigare är – att det skulle vara bestående i uppbyggandet av mitt eget liv och hos dem jag skulle få tillfälle att utöva ett positivt inflytande över.

Hur välsignade är vi inte som kan räkna med kunskap om frälsningsplanen utformad av vår himmelske Fader, som har Jesu Kristi återställda evangelium och som kan lita på inspirerad vägledning från levande profeter! Alla dessa utgör de gudomligt skapade "ritningar" och "tekniska specifikationer" som tydligt lär oss hur man bygger upp ett lyckligt liv – ett liv som är motståndskraftigt mot synden, motståndskraftigt mot frestelser, motståndskraftigt mot Satans anfall, han som desperat försöker

omintetgöra vår eviga bestämmelse: att vara tillsammans med vår himmelske Fader och med våra älskade familjer.

Frälsaren själv blev, i början av sin verksamhet, "lämnad att bli frestad av djävulen"³. Men Jesus utgick framgångsrik ur den stora prövningen. Hur var en inställning som var anti-Satan eller anti-frestelse till nytta för honom? Det som gjorde att Jesus triumferande kunde utgå ur dessa ytterst svåra stunder var hans andliga förberedelse, som gjorde det möjligt för honom att vara i stånd att motstå den ondes frestelser.

Vilka faktorer hjälpte Frälsaren att vara förberedd för denna viktiga stund?

För det första hade han fastat i 40 dagar och 40 nätter, en fasta som måste ha åtföljts av ständig bön. Så trots att han var fysiskt svag, var hans ande mycket stark. Även om vi, som tur är, inte ombeds att fasta så länge – utan snarare bara i 24 timmar en gång i månaden – ger fastan oss andlig styrka och förbereder oss för att vara motståndskraftiga i livets prövningar.

För det andra ser vi i redogörelsen om de frestelser Frälsaren utsattes för att han alltid svarade Satan med skrifterna i åtanke och citerade dem, och han tillämpade dem i rätt ögonblick.

När Satan frestade honom att förvandla stenar till bröd så att han kunde tillfredsställa sin hunger efter den långa fastan, svarade Herren honom: "Människan lever inte bara av bröd, utan av varje ord som utgår från Guds mun."⁴ Sedan, när Herren stod på tempelmurens krön, försökte djävulen fresta honom att visa sin makt, vilket Herren besvarade med myndighet: "Det står också skrivet: Du ska inte fresta Herren din Gud."⁵



Och på Satans tredje försök svarade Herren: "Det står skrivet: Herren din Gud ska du tillbe, och endast honom ska du tjäna."⁶

En jordbävning lämnar spår även på byggnader som ritats och byggts på rätt sätt – konsekvenser som exempelvis sprickor, omkullvälda möbler eller nedrasade tak och trasiga fönster. Men den välritade och välbyggda byggnaden fyller sitt syfte att skydda dem som vistas i den, och med lite reparationer återställs den till sitt ursprungliga skick.

På liknande sätt kan motståndarens påstötningar också orsaka "sprickor", eller delvisa skador, i våra liv trots våra ansträngningar att bygga våra liv enligt den fullkomliga gudomliga ritningen. Dessa "sprickor" kan visa sig genom känslor av sorg

eller ånger över att ha begått vissa fel och över att inte ha gjort allt på ett fullkomligt sätt, eller över att vi inte är så goda som vi vill vara.

Men det som verkligen är relevant är att vi, eftersom vi har följt de gudomliga ritningarna och specifikationerna, det vill säga Jesu Kristi evangelium, fortfarande står kvar. Vårt livs byggnad har inte demolerats på grund av motståndarens ansträngningar eller de svåra situationer vi tvingats att utstå; vi är i stället redo att gå framåt.

Den glädje som utlovas i skrifterna som syftet med vår existens⁷ bör inte förstås som att vi inte kommer att få svårigheter eller sorger, att vi inte får några "sprickor" till följd av frestelser, motgångar eller de verkliga prövningarna i vårt jordeliv.

Den här glädjen har att göra med Nephis perspektiv på livet när han sa: "Och fastän jag har erfarit många lidanden under min levnads lopp, har jag ändå storligen gynnats av Herren i alla mina dagar."⁸ Alla sina dagar!



Japan.



Till och med de dagar då Nephi led på grund av sina bröders brist på förståelse och deras avvisande, till och med då de band honom på fartyget, till och med den dag då hans far Lehi gick bort, till och med när Laman och Lemuel blev hans folks dödsfiender. Till och med under dessa svåra dagar kände sig Nephi storligen gynnad av Herren.

Vi kan få uppleva lugnet av att veta att Herren aldrig låter oss frestas över vår förmåga att motstå frestelsen. Alma ber att vi "ständigt vakar och ber så att [vi] inte blir frestade mer än [vi] kan uthärda, och därmed leds av den Helige Anden och blir ödmjuka, saktmodiga, undergivna, tåliga, fulla av kärlek och tålmodiga i allt"⁹.

Samma princip kan tillämpas på livets prövningar. Ammon påminner oss om Herrens ord: "Gå ... och uthärda tålmodigt era lidanden, och jag ska ge er framgång."¹⁰

Herren ger oss alltid hjälp när vi står inför motgångar, frestelser, brist på förståelse, skröpligheter och till och med döden. Han har sagt: "Och se, sannerningen säger jag er, och det jag säger till en säger jag till alla: Var vid gott mod, små barn, för jag är mitt ibland er och jag har inte övergett er."¹¹ Han kommer aldrig att överge oss!

Jag ber att vi må fortsätta att bygga våra liv enligt ritningarna och de tekniska specifikationer som finns i den gudomliga konstruktion som utarbetats av vår Fader och åstadkommits genom vår Frälsare Jesus Kristus. Således kommer vi, tack vare den nåd som når oss genom vår Frälsares försoning, att lyckas med att bygga ett liv som är motståndskraftigt mot synd, motståndskraftigt mot frestelse och förstärkt för att kunna uthärda de sorgliga och svåra stunderna i våra liv. Och vi kommer dessutom att vara i skick att få tillgång till alla de välsignelser som utlovats genom vår Faders och vår Frälsares kärlek. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Dieter F. Uchtdorf, "Det handlar om några få grader", *Liahona*, maj 2008, s. 57–60.
2. Se Dale G. Renlund, "Bevara hjärtats mäktiga förändring", *Liahona*, nov. 2009, s. 97–99.
3. Joseph Smiths översättning, Matthew 4:2 (i kyrkans utgåva av Bibeln på engelska, fotnot c).
4. Matteus 4:4.
5. Matteus 4:7.
6. Matteus 4:10.
7. Se 2 Nephi 2:25.
8. 1 Nephi 1:1.
9. Alma 13:28.
10. Alma 26:27.
11. Läran och förbunden 61:36.



Äldste D. Todd Christofferson
i de tolv apostlarnas kворum

Läran om samhörighet

*Läran om samhörighet är i slutändan denna:
Jag är ett med Kristus i evangeliets förbund.*

Jag vill tala om det jag kallar läran om samhörighet i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Den här läran har tre delar: 1) samhörighetens roll i insamlingen av Herrens förbundsfolk, 2) vikten av tjänande och uppoffring i samhörighet och 3) Jesu Kristi centrala roll för samhörighet.

Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga utgjordes i dess tidiga början till stor del av vita nordamerikanska och nordeuropeiska heliga och ett litet antal ursprungssamerikaner, afrikanska amerikaner och människor från Stillahavsöarna. Nu, åtta år efter 200-årsjubileet av dess grundläggning, har kyrkan vuxit avsevärt i antal och mångfald i Nordamerika och till och med mer så i resten av världen.

I och med att den sedan länge profeterade insamlingen av Herrens förbundsfolk i den sista tiden vinner momentum, kommer kyrkan i själva verket att utgöras alltmer av medlemmar från varje släkte, tungomål och folk.¹ Det här är inte en kalkylerad eller framtvingad mångfald utan ett naturligt förekommande fenomen som vi kan förvänta oss med tanke på att evangeliets nät samlar in människor från alla nationer och alla folk.

Vilken välsignelse det är för oss att få se dagen då Sion upprättas samtidigt på varje kontinent och i våra egna grannskap. Som profeten Joseph

Smith sa har Guds folk i alla tider med glad förväntan sett fram emot den här tiden, och ”vi är det gynnade folk som Gud har utvalt att förverkliga de sista dagarnas härlighet”.²

Med denna förmån som vi fått kan vi inte tillåta någon form av rasism, fördomar mot stammar eller andra uppdelningar att existera i Kristi kyrka i den sista tiden. Herren har befallt oss: ”Var ett, om ni inte är ett är ni inte mina.”³ Vi bör flitigt dra upp fördomar och diskriminering med rötterna ur kyrkan, ur våra hem och framför allt ur våra hjärtan. I och med att vår kyrkas medlemskap växer sig alltmer mångskiftande, måste vårt

välkomnande bli ännu mer spontant och varmt. Vi behöver varandra.⁴

I sitt första brev till korintierna förkunnade Paulus att alla som döps in i kyrkan är ett i Kristi kropp:

”Kroppen är en och har många delar, men trots att kroppens alla delar är många utgör de en kropp. Så är det också med Kristus.

I en Ande har vi alla blivit döpta för att höra till en kropp, vare sig vi är judar eller greker, slavar eller fria, och alla har vi fått en och samme Ande utgjuten över oss ...

För att det inte ska bli splittring i kroppen utan att delarna i stället ska ha samma omsorg om varandra.

Om en kroppsdel lider, så lider alla de andra delarna med den. Och om en kroppsdel blir ärad, gläder sig alla de andra delarna med den.”⁵

En känsla av samhörighet är viktig för vårt fysiska, mentala och andliga välbefinnande. Men, det är mycket möjligt att vi var och en ibland kanske känner att vi inte passar in. I stunder av missmod känner vi kanske att vi aldrig kommer att nå upp till Herrens höga normer eller andras



Finland.



förväntningar.⁶ Vi kan omedvetet skapa förväntningar på andra – och även på oss själva – som inte är Herrens förväntningar. Vi kan på subtila sätt sända ut budskapet att en själs värde baseras på vissa prestationer eller ämbeten, men sådant är inte ett mått på vår ställning i Herrens ögon. ”Herren ser till hjärtat.”⁷ Han ser till våra önskningar och hjärtans begär och vad vi håller på att bli.⁸

Syster Jodi King har skrivit om det hon upplevt de senaste åren:

”Jag kände aldrig att jag inte hörde hemma i kyrkan förrän min man Cameron och jag insåg att vi hade svårt att få barn. Åsynen av barnen och familjerna i kyrkan, som jag vanligtvis hade blivit glad av, började nu ge mig sorg och smärta.

Jag kände mig tom utan ett barn i famnen och en blöjväska i handen ...

Den svåraste söndagen var den första i en ny församling. Eftersom vi inte hade några barn fick vi frågan om vi var nygifta och när vi planerade att skaffa barn. Jag hade blivit ganska bra på att besvara de här frågorna utan att låta mig påverkas av dem – jag visste att de inte var menade att såra mig.

Men just den här söndagen var det extra jobbigt att besvara de där frågorna. Vi hade precis fått reda på, efter

att ha varit hoppfulla, att jag ännu en gång inte hade blivit gravid.

Jag kände mig nedslagen när jag gick in till sakramentsmötet och det var jobbigt att besvara de typiska lära känna-frågorna ...

Men det var under Söndagsskolan som jag verkligen tappade modet. Lektionen – som var avsedd att handla om moderns gudomliga roll – växlade snabbt spår och blev ett klagoforum. Hjärtat sjönk och tårarna rann nerför ansiktet när jag hörde kvinnorna klaga på välsignelser som jag skulle ha gett vad som helst för att få.

Jag störtade iväg och ut ur kyrkan. Först ville jag inte komma tillbaka. Jag ville inte uppleva den där känslan av isolering igen. Men den kvällen, när jag hade pratat med min man, var vi överens om att vi skulle fortsätta gå i kyrkan, inte bara för att Herren har bett oss göra det utan också för att vi båda visste att den glädje som kommer av att förnya förbund och att känna Anden i kyrkan överträffar bedrövelsen jag kände den dagen ...

I kyrkan finns det änkor och änklingar, frånskilda och ensamstående, personer med familjemedlemmar som har fallit ifrån evangeliet, personer med kroniska sjukdomar eller ekonomiska problem, medlemmar som

upplever en dragning till personer av samma kön, medlemmar som arbetar på att övervinna missbruk eller tvivel, nyomvända, nyinflyttade, par med barnen utflugna, och listan fortsätter ...

Frälsaren uppmanar oss att komma till honom – oavsett våra omständigheter. Vi kommer till kyrkan för att förnya våra förbund, stärka vår tro, känna frid och göra det som han gjorde så fullkomligt i sitt liv – hjälpa andra som känner sig utanför.”⁹

Paulus förklarade att kyrkan och dess ämbeten är givna av Gud ”för att utrusta de heliga till att fullgöra sin tjänst att bygga upp Kristi kropp tills vi alla når fram till enheten i tron och i kunskapen om Guds Son, som en fullvuxen man med ett mått av mognad som motsvarar Kristi fullhet.”¹⁰

Det är en sorglig ironi när någon som känner att han eller hon inte når upp till idealet i alla livets aspekter, tror att han eller hon inte hör hemma i just den organisation som Gud utformat för att hjälpa oss gå framåt mot idealet.

Låt oss lämna domen i Herrens händer och till dem han har bemyndigat, och nöja oss med att älska och behandla varandra så gott vi kan. Låt oss be honom att en dag i taget

visa oss hur vi ska ”hämta hit fattiga, handikappade, blinda och lama”¹¹ – alltså alla – till Herrens stora högtid.

En annan aspekt av läran om samhörighet handlar om det vi själva bidrar med. Även om vi sällan tänker på det, kommer en stor del av vår samhörighet genom vårt tjänande och de uppoffringar vi gör för andra och för Herren. Ett överdrivet fokus på egna personliga behov eller egen bekvämlighet kan omintetgöra denna känsla av samhörighet.

Vi strävar efter att följa Frälsarens lära:

”Den som vill vara störst bland er ska vara de andras *tjänare* ...

Människosonen har inte kommit för att bli betjänad, utan för att tjäna och ge sitt liv till lösen för många.”¹²

Samhörighet uppstår inte medan vi väntar på den utan när vi vänder oss utåt för att hjälpa varandra.

I dag är det tyvärr så att detta att viga sitt liv åt en sak eller att offra något för någon annan alltmer går emot den kulturella normen. I en artikel i *Deseret Magazine* förra året berättade författaren Rod Dreher om en konversation med en ung mamma i Budapest:

”Jag befinner mig på en spårvagn i Budapest med en ... vän som är drygt 30 år gammal – låt oss kalla henne Kristina – och vi är på väg till en intervju med en äldre [kristen] kvinna som tillsammans med sin nu avlidne make stod emot förföljelse från kommuniststaten. Under vår skumpiga färd längs stadens gator pratar Kristina om hur svårt det är att vara ärlig mot sina jämnåriga vänner om svårigheterna hon stöter på som hustru och småbarnsmamma.

Kristinas svårigheter är fullkomligt normala för en ung kvinna som håller på att lära sig vara mor och hustru

– men den utbredda inställningen i hennes generation är att livets svårigheter utgör ett hot mot det egna välmåendet och bör avvisas. Grälar hon och hennes man ibland? Då borde hon lämna honom, säger de. Är hennes barn jobbiga? Då borde hon ordna barnomsorg åt dem.

Kristina oroar sig för att hennes vänner inte förstår att prövningar och även lidande är en normal del av livet – och kanske till och med en del av ett bra liv, om lidandet lär oss att vara tålmodiga, vänliga och kärleksfulla ...

Christian Smith, religionssociolog på University of Notre Dame, såg i sin undersökning av vuxna [i åldersrarna] 18 till 23 att de flesta tror att samhället inte är mer än ’en samling självstyrande individer som vill njuta av livet’.”¹³

Med den här filosofin är allt som man tycker är svårt ”en form av förtryck”¹⁴.

I motsats till det fick våra förfäder pionjärerna en djup känsla av samhörighet, enighet och hopp i Kristus

genom de uppoffringar de gjorde för att utföra missioner, bygga tempel, lämna trygga hem under tvång och börja om igen, och på många andra sätt offra av sig själva och sina medel för Sions sak. De var till och med villiga att offra sina liv om så krävdes. Och vi är alla välsignade på grund av deras uthållighet. Detsamma gäller många i dag som kanske förlorar familj och vänner, går miste om möjligheter till anställning eller i övrigt drabbas av diskriminering eller intolerans till följd av sitt dop. Deras belöning är däremot en mäktig känsla av samhörighet med förbundsfolket. Alla uppoffringar vi gör i Herrens verk bidrar till att stärka vår plats hos honom som gav sitt liv till lösen för många.

Den sista och viktigaste delen av läran om samhörighet är Jesu Kristi centrala roll. Vi går inte med i kyrkan bara för gemenskapen, hur viktig den än är. Vi går med för att återlösas genom Jesu Kristi kärlek och nåd. Vi går med för att säkerställa frälsningens



Ecuador.

och upphöjelsens förrättningar för oss själva och för dem vi älskar på båda sidorna av slöjan. Vi går med för att delta i ett stort projekt att upprätta Sion som förberedelse för Herrens återkomst.

Kyrkan förvaltar frälsningens och upphöjelsens förbund som Gud erbjuder oss genom det heliga prästdörets förrättningar.¹⁵ Det är när vi håller dessa förbund som vi kan uppnå den högsta och djupaste känslan av samhörighet. President Russell M. Nelson skrev nyligen:

”När du och jag har ingått ett förbund med Gud blir vår relation till honom mycket närmare än innan vårt förbund slöts. Nu är vi bundna till varandra. Tack vare vårt förbund med Gud tröttnar han aldrig på att hjälpa oss, och vi förbrukar aldrig hans barmhärtiga tålamod med oss. Var och en av oss har en speciell plats i Guds hjärta ...

Jesus Kristus är garant för dessa förbund (se Hebreerbrevet 7:22; 8:6).¹⁶

Om vi minns detta kommer Herr-ens höga förhoppningar om oss att inspirera oss – inte avskräcka oss.

Vi kan känna glädje i vår individuella och gemensamma strävan efter ”enheten i tron och i kunskapen om Guds Son”¹⁷. Trots besvikelser och bakslag längs vägen är detta en storslagen strävan. Vi lyfter och uppmuntrar varandra i vår strävan uppåt, med vetskap om att oavsett svårigheter och fördröjningar av utlovade välsignelser kan vi vara ”frimodiga: [för Kristus] har övervunnit världen”¹⁸, och vi är med honom. Att vara ett med Fadern, Sonen och den Helige Anden är utan tvekan den yttersta formen av samhörighet.¹⁹

Alltså är läran om samhörighet i slutändan denna – vilket vi var och en kan intyga: Jesus Kristus dog för mig; han ansåg att jag var värdig hans



blod. Han älskar mig och kan göra all skillnad i mitt liv. När jag omvänder mig förvandlas jag av hans nåd. Jag är ett med honom i evangeliets förbund; jag hör hemma i hans kyrka och rike, och jag hör hemma i hans verk att bringa återlösning till alla Guds barn.

Jag vittnar att det är här du hör hemma, i Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Uppenbarelseboken 5:9; se även 1 Nephi 19:17; Mosiah 15:28; Läran och förbunden 10:51; 77:8, 11.
2. *Kyrkans presidents lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 184.
3. Läran och förbunden 38:27.
4. En klarsynt iakttagare uppmärksammade följande:
 ”En religion som inte är mer än en personlig angelägenhet har än i dag aldrig tagits upp i mänsklighetens krönikor – och det av en bra anledning. En sådan religion skulle snabbt falna till ett inomhusnöje, en typ av hobby som delas av en eller flera individer, såsom att läsa en bok eller se på tv. Så det är inte förvånande att sökandet efter andlighet har blivit en sådan inneslutenhet. Det är vad individer som frigjort sig från religion desperat söker som ersättning.
 Andlighet är helt klart en oundgänglig del av alla religioner – men en mindre del, och den kan inte vara ett substitut för alltihop. Religion är inte någon sorts psykisk övning som då och då erbjuder en överjordisk upplevelse. Den antingen formar ens liv – hela ens liv – eller så försvinner den och lämnar bakom sig oroliga, tomma själar som ingen psykoterapi kan nå. Och för att

religion ska kunna forma ens liv behöver den vara offentlig och kollektiv; den behöver vara länkad till de döda och de ofödda” (Irving Kristol, ”The Welfare State’s Spiritual Crisis”, *Wall Street Journal*, 3 feb. 1997, s. A14).

5. 1 Korintierbrevet 12:12–13, 25–26.
6. Se Russell M. Nelson, ”Med fullkomligheten i sikte”, *Liahona*, jan. 1996, s. 86–88; Jeffrey R. Holland, ”Var alltså fullkomliga – till slut”, *Liahona*, nov. 2017, s. 40–42.
7. 1 Samuelsboken 16:7.
8. Som äldste Jeffrey R. Holland har uttryckt det: ”Kom som du är”, säger en kärleksfull Fader till var och en av oss, men han tillägger: ’Men räkna inte med att förbli den du är.’ Vi ler och minns att Gud är fast besluten att göra mer av oss än vi trodde vi kunde bli” (”Sjungna och osjungna sånger”, *Liahona*, maj 2017, s. 51).
9. Jodi King, ”Att känna tillhörighet i kyrkan genom barnlöshetens lins”, *Liahona*, mars 2020, s. 46–49.
10. Efesierbrevet 4:12–13.
11. Lukas 14:21.
12. Markus 10:43, 45; betoning tillagd.
13. Rod Dreher, ”A Christian Survival Guide for a Secular Age”, *Deseret Magazine*, april 2021, s. 68.
14. Dreher, ”A Christian Survival Guide for a Secular Age”, s. 68.
15. Se Läran och förbunden 84:19–22.
16. Russell M. Nelson, ”Det eviga förbundet”, *Liahona*, okt. 2022, s. 6, 10.
17. Efesierbrevet 4:13.
18. Johannes 16:33.
19. Se Johannes 17:20–23. ”Och nu vill jag uppmana er att söka denne Jesus om vilken profeterna och apostlarna har skrivit, så att nåden från Gud Fadern och likaså Herren Jesus Kristus och den Helige Anden, som vittnar om dem, må vara och förbli i er för evigt” (Ether 12:41).



Biskop Gérald Causse
presiderande biskop

Vårt jordiska förvalterskap

Stora andliga välsignelser utlovas dem som älskar och tar hand om jorden och sina medmänniskor.

När vi besökte vårt hemland Frankrike hade min fru och jag nyligen nöjet att ta med några av våra barnbarn och utforska en magnifik trädgård i det lilla samhället Giverny. Vi njöt av att vandra längs stigarna och beundra de vackra rabatterna, de eleganta näckrosorna och ljuset som lekte på dammarna.

Denna underbara plats är resultatet av en mans kreativa passion: den store konstnären Claude Monet, som under 40 år varsamt formade och kultiverade trädgården till sin målarverkstad. Monet fördjupade sig i naturens prakt. Sedan förmedlade han med sin pensel de intryck han fick med drag av färg och ljus. Med åren skapade

han en utomordentlig samling av hundratals målningar, direkt inspirerade av hans trädgård.

Bröder och systrar, vårt samspel med naturens skönhet runt omkring oss kan leda till några av de mest inspirerande och härliga upplevelserna i livet. Känslorna vi får väcker inom oss en djup tacksamhet för vår himmelske Fader och hans Son Jesus Kristus som skapade denna magnifika jord – med dess berg och strömmar, växter och djur – och våra första föräldrar Adam och Eva.¹

Skapelsearbetet är inte ett mål i sig. Det är en viktig del av Guds plan för sina barn. Dess syfte är att tillhandahålla en miljö där män och kvinnor kan provas, utöva sin handlingsfrihet, finna glädje samt lära och utvecklas så att de en dag kan återvända till sin Skapares närhet och ära evigt liv.

Men skapelsens gudomliga gåva kommer inte utan plikter och ansvar. Dessa plikter kan bäst beskrivas genom begreppet *förvalterskap*. Vad evangeliet anbelangar avser ordet *förvalterskap* ett heligt andligt eller timligt ansvar att ta hand om något som tillhör Gud och som vi anförtrotts.³

Som det står i skrifterna omfattar vårt jordiska förvalterskap följande principer:

Första principen: Hela jorden, inklusive allt liv på den, tillhör Gud.

Skaparen har anförtrott jordens resurser och alla former av liv i vår omvårdnad, men han har fullt ägarskap. Han sa: "Jag, Herren, har spänt ut himlarna och gjort jorden, mina händers verk, och allting däri är mitt."⁴ Allt som finns på jorden tillhör Gud, däribland våra familjer, våra fysiska kroppar, till och med våra liv.⁵

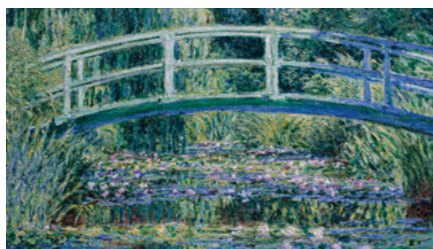
Andra principen: Som förvaltare av Guds skapelser har vi en plikt att hedra och ta hand om dem.

Som Guds barn har vi fått uppmaningen att vara förvaltare, vårdare och väktare av hans gudomliga skapelser. Herren sa att han gjorde "var och en ansvarig som förvaltare över jordiska välsignelser, vilka jag skapat och berett för mina skapelser"⁶.

Vår himmelske Fader låter oss använda jordens resurser enligt vår egen fria vilja. Men vår handlingsfrihet ska inte tolkas som en licens att använda eller konsumera världens rikedom utan visdom eller begränsningar. Herren gav följande förmaning: "Och det behagar Gud att han har gett allt detta åt människan, ty för detta ändamål skapades det för att brukas med omdöme, inte omåttligt, inte heller genom rofferi."⁷

President Russell M. Nelson har sagt: "Vad ska vi göra som förmånstagare till den gudomliga skapelsen? Vi bör ta hand om jorden, förvalta den klokt och bevara den för framtida generationer."⁸

Förutom en rent vetenskaplig eller politisk nödvändighet är omsorgen om jorden och vår naturliga miljö ett heligt ansvar som anförtrotts oss av Gud, vilket borde fylla oss med en djup känsla av plikt och ödmjukhet. Det är också en väsentlig del av vårt lärjungeskap. Hur kan vi hedra och älska vår himmelske Fader och Jesus Kristus utan att hedra och älska deras skapelser?



NÄCKROSOR OCH JAPANSK BRÖ, 1899, AV CLAUDE MONET.

Det finns mycket vi kan göra – kollektivt och enskilt – för att vara goda förvaltare. Utifrån våra individuella omständigheter kan var och en av oss använda jordens rikliga resurser med större vördnad och visdom. Vi kan stödja samhällsinsatser som vårdar jorden. Vi kan anamma personliga livsstilar och beteenden som visar respekt för Guds skapelser och gör våra bostäder renare, vackrare och mer inspirerande.⁹

Vårt förvalterskap över Guds skapelser inbegriper också, när det är som bäst, en helig plikt att älska, respektera och värna om alla människor som vi delar jorden med. De är söner och döttrar till Gud, våra systrar och våra bröder, och deras eviga lycka är själva syftet med skapelsearbetet.

Författaren Antoine de Saint-Exupéry berättade följande: En dag när han reste med ett tåg satt han bland en grupp flyktingar. Djupt rörd av hopplösheten han såg i ett

litet barns ansikte utbrast han: ”När det i en trädgård genom mutation föds en ny ros gläder sig alla trädgårdsmästare. Rosen får en egen plats, drivs upp, blir en gynnad planta. Men för människor finns inga trädgårdsmästare.”¹⁰

Mina bröder och systrar, borde vi inte vara trädgårdsmästare för våra medmänniskor? Är vi inte vår brors väktare? Jesus befälde oss att älska vår nästa som oss själva.¹¹ Från hans mun syftar ordet *nästa* inte bara på geografisk närhet utan även på hjärtats närhet. Det omfattar alla invånare på denna planet – oavsett om de bor nära oss eller i ett avlägset land, oavsett deras ursprung, personliga bakgrund eller omständigheter.

Som Kristi lärjungar har vi en högtidlig plikt att outtröttligt arbeta för fred och harmoni bland alla nationer på jorden. Vi måste göra vårt allra bästa för att skydda och ge tröst och lindring till de svaga, de

behövande och alla som lider eller är förtryckta. Framför allt är den största gåvan av kärlek vi kan erbjuda våra medmänniskor att vi delar med oss av evangeliets glädje och inbjuder dem att komma till Frälsaren genom heliga förbund och förrättningar.

Tredje principen: Vi har uppmanats att delta i skapelsearbetet.

Den gudomliga skapelseprocessen är ännu inte färdig. Varje dag fortsätter Guds skapelser att växa, utvidgas och förökas. En underbar sak är att vår himmelske Fader har framfört en inbjudan till oss att delta i hans kreativa arbete.

Vi deltar i skapelsearbetet närhelst vi odlar jorden eller bidrar med egna konstruktioner till denna värld – så länge som vi visar respekt för Guds skapelser. Våra bidrag kan uttryckas genom skapelser av konst, arkitektur, musik, litteratur och kultur, vilka alla förskönar vår planet, stimulerar våra sinnen och förgyller våra liv. Vi bidrar



El Salvador.



Kenya.

också genom vetenskapliga och medicinska upptäckter som bevarar jorden och allt liv på den. President Thomas S. Monson sammanfattade begreppet med dessa förträffliga ord: "Gud lämnade jorden ofullbordad så att människan skulle få användning av sina kunskaper ... så att människan ska få känna glädjen av skapande."¹²

I Jesu liknelse om talenter, när en man återvände från sin resa, berömde och belönade han de två tjänare som hade utökat och förstorat sina talenter. Som kontrast kallade han tjänaren som hade gömt sin talent i jorden "oduglig" och tog till och med ifrån honom det han hade fått.¹³

Likaledes handlar vår roll som förvaltare över jordiska skapelser inte bara om att bevara dem. Herren förväntar sig att vi arbetar flitigt, manade av hans Helige Ande, för att utöka, förhöja och förbättra resurserna han har anförtrott oss – inte enbart för vår skull utan för att välsigna andra.

Bland alla människans bedrifter kan ingen jämföras med upplevelsen att bli *medskapare* med Gud i att ge liv eller i att hjälpa ett barn lära, växa och frodas – antingen som föräldrar, lärare eller ledare, eller i någon annan roll. Det finns inget förvaltarskap mer heligt, mer tillfredsställande och

också mer utmanande, än att i partnerskap med vår Skapare ge fysiska kroppar till hans andebarn och sedan hjälpa dem nå sin gudomliga potential.

Ansvar som medskapare är en konstant påminnelse om att livet och varje persons kropp är heliga, att de inte tillhör någon annan än Gud, och att han har gjort oss till väktare för att respektera, skydda och ta hand om dem. Guds bud, som styr fortplantningsförmågan och etablerandet av eviga familjer, vägleder oss i detta heliga förvaltarskap som är så viktigt för hans plan.

Mina bröder och systrar, vi bör inse att allt är andligt för Herren – även de mest timliga aspekterna av våra liv. Jag vittnar om att stora andliga välsignelser utlovas dem som älskar och tar hand om jorden och sina medmänniskor. När du är trofast i detta heliga förvaltarskap och hedrar dina eviga förbund så växer din kunskap om Gud och om hans Son Jesus Kristus, och du känner deras kärlek och deras inflytande i rikligare mått i ditt liv. Allt detta förbereder dig för att vistas med dem och få ytterligare skaparkraft¹⁴ i nästa liv.

I slutet av vår jordiska existens kommer Mästaren att be oss redogöra för vårt heliga förvaltarskap,

bland annat hur vi har vårdat hans skapelser. Jag ber att vi då får höra hans kärleksfulla ord viskas i våra hjärtan: "Bra, du gode och trogne tjänare! Du har varit trogen i det lilla, jag ska sätta dig över mycket. Gå in i din herres glädje!"¹⁵ I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Jorden och allt som finns på den (med undantag av Adam och Eva) skapades av Jesus Kristus under ledning av Fadern. Adam och Eva, våra första föräldrar, skapades av Gud Fadern (se Johannes 1:1–3; Mose 2:1, 26–27).
2. Lärn och förbunden 59:18.
3. Se Spencer W. Kimball, "Välfärden: Evangeliet i verksamhet", *Nordstjärnan*, april 1978, s. 118–123.
4. Lärn och förbunden 104:14.
5. Se Spencer W. Kimball, "Välfärden: Evangeliet i verksamhet", s. 118–123.
6. Lärn och förbunden 104:13.
7. Lärn och förbunden 59:20.
8. Russell M. Nelson, "Skapelsen", *Liahona*, juli 2000, s. 104.
9. Se Gospel Topics, "Environmental Stewardship and Conservation", topics.ChurchofJesusChrist.org.
10. Antoine de Saint-Exupéry, *Terre des Hommes* (1939), s. 214; se även *Wind, Sand and Stars* (1939) i *Airman's Odyssey* (1984), s. 206; se även *Kamrater på en irrande planet*, Lind & Co. (2005), s. 147.
11. Se Markus 12:31.
12. Thomas S. Monson, "Sökandet efter ett lyckligt liv", *Nordstjärnan*, aug. 1988, s. 3.
13. Se Matteus 25:14–30.
14. Se David A. Bednar och Susan K. Bednar, "Moral Purity" (andakt vid Brigham Young University–Idaho, 7 jan. 2003), byui.edu.
15. Matteus 25:21.



Syster Michelle D. Craig
första rådgivare i Unga kvinnors generalpresidentskap

Helhjärtade

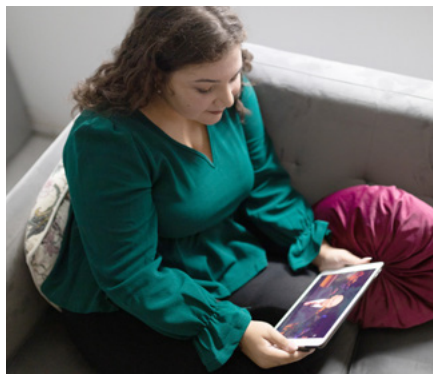
Vi bör vara efterföljare till Kristus som är glada och helhjärtade i vår personliga resa på lärjungeskapets väg.

Ibland hjälper det att veta vad som väntar.

Mot slutet av sin verksamhet sa Jesus till sina apostlar att svåra tider skulle komma. Men han sa också: "Se då till att ni inte blir skrämde."¹ Ja, han skulle lämna dem, men han skulle inte lämna dem ensamma.² Han skulle sända sin Ande för att hjälpa dem minnas, stå fasta och finna frid. Frälsaren uppfyller sitt löfte att vara med oss, sina lärjungar, men vi måste ständigt rikta blicken mot honom så att vi kan uppfatta och glädjas åt hans närhet.

Kristi lärjungar har alltid stött på svåra tider.

En god vän till mig skickade en gammal artikel från *Nebraska*



Tyskland.

Advertiser, en amerikansk tidning från mellanvästern, daterad 9 juli 1857. Det stod: "Tidigt i morse passerade ett mormonkompani på sin färd till Salt Lake. Kvinnor (definitivt inte särskilt ömtåliga) drog handkärnor som djur, en [kvinna] trillade ner i den svarta leran, vilket fick följet att stanna upp en liten stund, små barn traskade bredvid i sina [underliga] främmande kläder, till synes lika beslutsamma som sina mödrar."³

Jag har tänkt mycket på den här lertäckta kvinnan. Varför drog hon kärran ensam? Var hon ensamstående mor? Vad gav henne den inre styrkan, envisheten och uthålligheten att företa en sådan plågsam resa genom leran, att dra alla sina ägodelar i en handkärna till ett okänt hem i öknen – ibland hånad av betraktare?⁴

President Joseph F. Smith talade om dessa pionjärkvinnors inre styrka när han sa: "Skulle ni kunna vända en av dessa kvinnor bort från deras övertygelse om Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga? Skulle ni kunna förmörka deras sinnen beträffande profeten Joseph Smiths uppgift? Skulle ni kunna förblinda dem i fråga om Jesu Kristi, Guds Sons, gudomliga uppgift? Nej, aldrig i livet skulle ni kunna göra det. Varför inte? För att de

visste det. Gud uppenbarade det för dem, och de förstod det, och ingen makt på jorden hade kunnat vända dem bort från det som de visste var sant."⁵

Bröder och systrar, att vara sådana män och kvinnor är vår tids kall – lärjungar som gräver djupt för att finna styrkan att fortsätta dra när vi kallas att vandra genom vildmarken, lärjungar med övertygelser som har uppenbarats för oss av Gud, Jesu efterföljare som är glada och helhjärtade i vår personliga resa på lärjungeskapets väg. Som Jesu Kristi lärjungar tror vi på och kan växa inom tre viktiga sanningar.

För det första: Vi kan hålla våra förbund, även när det inte är lätt

När er tro, er familj eller er framtid hotas – när ni undrar varför livet är så svårt när ni gör ert bästa för att leva efter evangeliet – kom då ihåg att Herren sa att vi kunde vänta oss svårigheter. Svårigheter är en del av planen och betyder inte att ni har blivit övergivna; de är en del av vad det innebär att vara hans.⁶ Han var trots allt "en smärtornas man och förtrogen med lidande"⁷.

Jag lär mig att min himmelske Fader är mer intresserad av min *utveckling* som en Jesu Kristi lärjunge än han är av min *bekvämlighet*. Jag kanske inte alltid vill att det ska vara så – men så är det!

Att leva i bekvämlighet för inte med sig någon kraft. Den kraft vi behöver för att klara av vår tids utmaningar är *Herrens* kraft, och hans kraft flödar genom våra förbund med honom.⁸ Att med vår tro ta spjörn mot den starka motvinden – att uppriktigt sträva varje dag efter att *göra* det som vi slutit förbund med Frälsaren om att *göra*, även när och särskilt när vi är

trötta, oroliga och brottas med svåra frågor och problem – är att gradvis ta emot hans ljus, hans styrka, hans kärlek, hans Ande och hans frid.

Poängen med att gå längs förbundsstigen är att närma sig Frälsaren. *Han* är poängen, inte att vi tar oss fram felfritt. Det är inte en tävling och vi får inte jämföra vår resa med andras. Även när vi snavar är han där.

För det andra: Vi kan handla i tro

Som Jesu Kristi lärjungar förstår vi att tro på honom kräver handling – särskilt i svåra tider.⁹

För många år sedan bestämde sig mina föräldrar för att lägga in ny heltäckningsmatta i huset. Kvällen innan den nya mattan kom bad mamma mina bröder att flytta möbler och riva ut sovrumsmattorna så att den nya mattan kunde läggas. Min då sjuåriga syster Emily sov redan. Så medan hon sov flyttade de tyst ut alla hennes möbler, utom sängen, och rev sedan ut mattan. Och som storebröder ibland gör, bestämde de sig för att spela henne ett spratt. De tog resten av hennes tillhörigheter ur garderober och från väggarna, så att rummet blev helt tomt. Sedan skrev de en lapp och satte upp den på väggen: ”Kära Emily, vi har flyttat. Vi skriver om några dagar och berättar var vi är. Kram, från din familj.”

När Emily inte kom ner till frukosten morgonen därpå gick mina bröder upp för att hämta henne – och där satt hon, ledsen och ensam bakom en stängd dörr. Emily reflekterade över den här händelsen senare: ”Jag var förkrossad. Men vad skulle ha hänt om jag bara hade öppnat dörren? Vad skulle jag ha hört? Vilka dofter skulle jag ha känt? Jag skulle ha förstått att jag inte var ensam. Jag skulle ha förstått att jag

faktiskt var älskad. Jag tänkte inte ens på att göra något åt min situation. Jag gav bara upp och satt och grät i min garderob. Om jag bara hade öppnat dörren.”¹⁰

Min syster gjorde ett antagande baserat på det hon såg, men det återspeglade inte verkligheten. Visst är det intressant att vi, i likhet med Emily, kan bli så nedtyngda av sorg, sårade känslor, missmod, oro, ensamhet, ilska eller frustration att vi inte ens tänker på att bara göra något, att öppna dörren eller att handla med tro på Jesus Kristus?

Skrifterna är fyllda med exempel på män och kvinnor, Kristi lärjungar, som när de ställdes inför det omöjliga helt enkelt gick till handling – som reste sig upp i tro och började gå.¹¹

Till de spetälska som ville bli

botade sa Kristus: ”Gå och visa er för prästerna.” Och *medan de var på väg dit*, blev de rena.”¹²

De gick för att visa sig för prästerna, som om de redan hade blivit botade, och när de tog till handling blev de det.

Jag vill också säga att om tanken på att ta till handling mitt i din smärta känns omöjlig, låt då din handling vara att be om hjälp – av en vän, en släkting, en ledare i kyrkan, en yrkeskunnig. Detta kan vara första steget mot hopp.

För det tredje: Vi kan vara helhjärtade och glada i vår hängivenhet¹³

När svåra tider kommer försöker jag att komma ihåg att jag valde att följa Kristus innan jag kom till jorden





Chile.

och att allt det som prövar min tro, hälsa och uthållighet är en del av anledningen till att jag är här. Och jag bör sannerligen aldrig tänka att dagens prövning skapar tvivel om Guds kärlek till mig, eller låta den vända min tro på honom till tvivel. Prövningar betyder inte att planen håller på att misslyckas; de är en del av planen, ämnade att hjälpa mig söka Gud. Jag blir mer som han när jag härdar ut i tålmod och jag ber, förhoppningsvis, liksom han allt ivrigare när jag är i vånda.¹⁴

Jesus Kristus var det fullkomliga föredömet i att älska vår Fader av hela sitt hjärta, att göra hans vilja oavsett priset.¹⁵ Jag vill följa hans exempel genom att göra detsamma.

Jag inspireras av det helhjärtade, fullkomligt hängivna lärjungeskapet hos kvinnan som lade sina två små kopparmynt i offerkistan. Hon gav allt hon hade.¹⁶

Jesus Kristus insåg hur rikligt hon gav sitt allt, medan andra bara såg hennes brister. Detsamma gäller var och en av oss. Han ser inte våra brister som misslyckanden utan snarare som tillfällen till att utöva tro och växa.

Avslutning

Mina medlärjungar till Jesus Kristus, av hela mitt hjärta väljer jag att stå med Herren. Jag väljer att stå med hans utvalda tjänare – president Russell M. Nelson och hans medapostlar – för de talar för honom och är förvaltare av de förrättningar och förbund som binder mig till Frälsaren.

När jag snavar kommer jag att fortsätta resa mig och förlita mig på Jesu Kristi nåd och möjliggörande kraft. Jag tänker hålla mig till mitt förbund med honom och arbeta bort mina frågor genom att studera Guds ord, med tro, och med den Helige Andens hjälp, vars vägledning jag litar på. Jag kommer att söka hans Ande varje dag genom att göra de små och enkla sakerna.

Det här är min stig som lärjunge.

Och tills den dagen kommer då jordelivets vardagliga sår läks, tänker jag vänta på Herren och lita på honom – hans tidsschema, hans visdom, hans plan.¹⁷

Hand i hand med er vill jag stå med honom för evigt. Helhjärtad. I vetskap om att när vi älskar Jesus Kristus av

hela vårt hjärta, så ger han oss sitt allt i gengäld.¹⁸ I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Matteus 24:6.
2. Se Matteus 24:13; Joseph Smith – Matteus 1:11; se även Matteus 28:19–20; Johannes 14:18.
3. Netty Penwood, "Leaves from My Iowa Log Book", *Nebraska Advertiser*, 9 juli 1857, s. 1, newspapers.com/clip/60679566/pioneers-trek-to-the-salt-lake-valley/.
4. Se 1 Nephi 8:27.
5. Se *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph F. Smith* (1999), s. 190.
6. Se Johannes 16:33; Uppenbarelseboken 7:13–17; Abraham 3:25.
7. Jesaja 53:3.
8. Se M. Russell Ballard, "Likt en outsläckt låga", *Liahona*, juli 1999, s. 101–103.
9. Se Bible Dictionary, "Faith".
10. Personlig korrespondens.
11. Se Josua 3:5, 13, 15–17; 2 Kungaboken 5:14; Matteus 14:29; Markus 2:3–5; Lukas 8:43–44; Johannes 2:3–5; Apostlagärningarna 11:12; 1 Nephi 4:6–7; 16:23; 3 Nephi 27:21; Ether 2:16; 3; Mose 6:32, 42.
12. Lukas 17:14; betoning tillagd; se även vers 11–13.
13. "När fokus i vårt liv är på ... Jesus Kristus och hans evangelium, kan vi känna glädje vad som än händer – eller inte händer – i livet" (President Russell M. Nelson, "Glädje och andlig överlevnad", *Liahona*, nov. 2016, s. 82).
14. Se Lukas 22:44.
15. Se Matteus 26:39, 42, 44.
16. Se Markus 12:41–44.
17. Se Jesaja 40:31.
18. Se Romarbrevet 8:14–18, 28, 38–39.



FÖRSTA PRESIDENTSKAPET



Dallin H. Oaks
förste rådgivare



Russell M. Nelson
president



Henry B. Eyring
andre rådgivare

DE TOLV APOSTLARNAS KVORUM



M. Russell Ballard



Jeffrey R. Holland



Dieter F. Uchtdorf



David A. Bednar



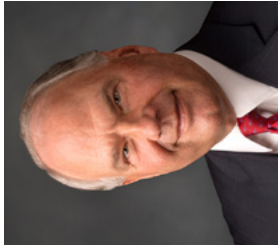
Quentin L. Cook



D. Todd Christofferson



Neil L. Andersen



Ronald A. Rasband



Gary E. Stevenson



Dale G. Renlund



Gerrit W. Gong



Ulisses Soares

DE SJUTTIOS PRESIDENTSKAP



Patrick Kearon



Carl B. Cook



José A. Teixeira



Carlos A. Godoy



Brent H. Nielson



Paul V. Johnson



S. Mark Palmer

PRESIDERANDE BISKOPSRÅDET



W. Christopher Waddell
förste rådgivare

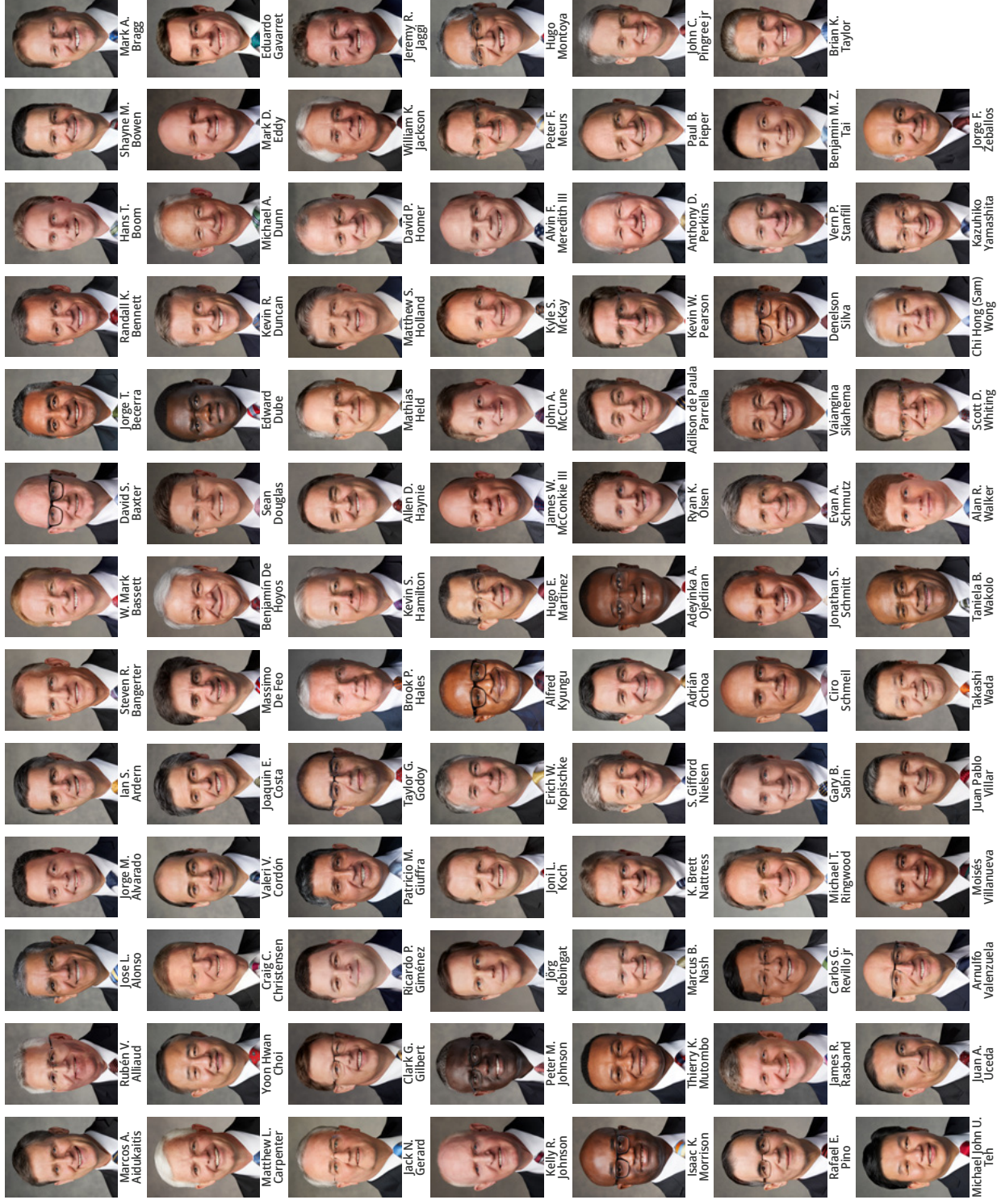


Gerald Causse
presiderande biskop



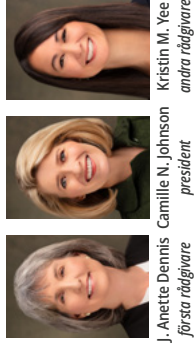
L. Todd Budge
andre rådgivare

GENERALAUKTORITETSSJUTTIO (i alfabetisk ordning)

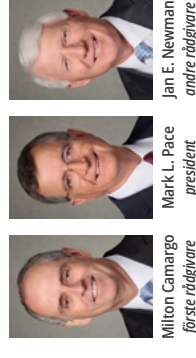


GENERALÁMBETSMÄN

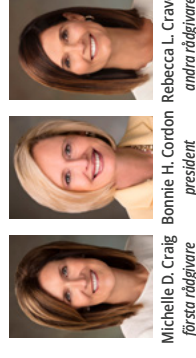
HJÄLPFÖRENINGEN



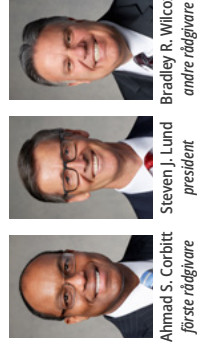
SÖNDAGSSKOLAN



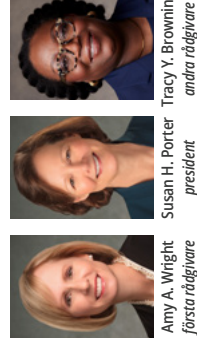
UNGA KVINNOR

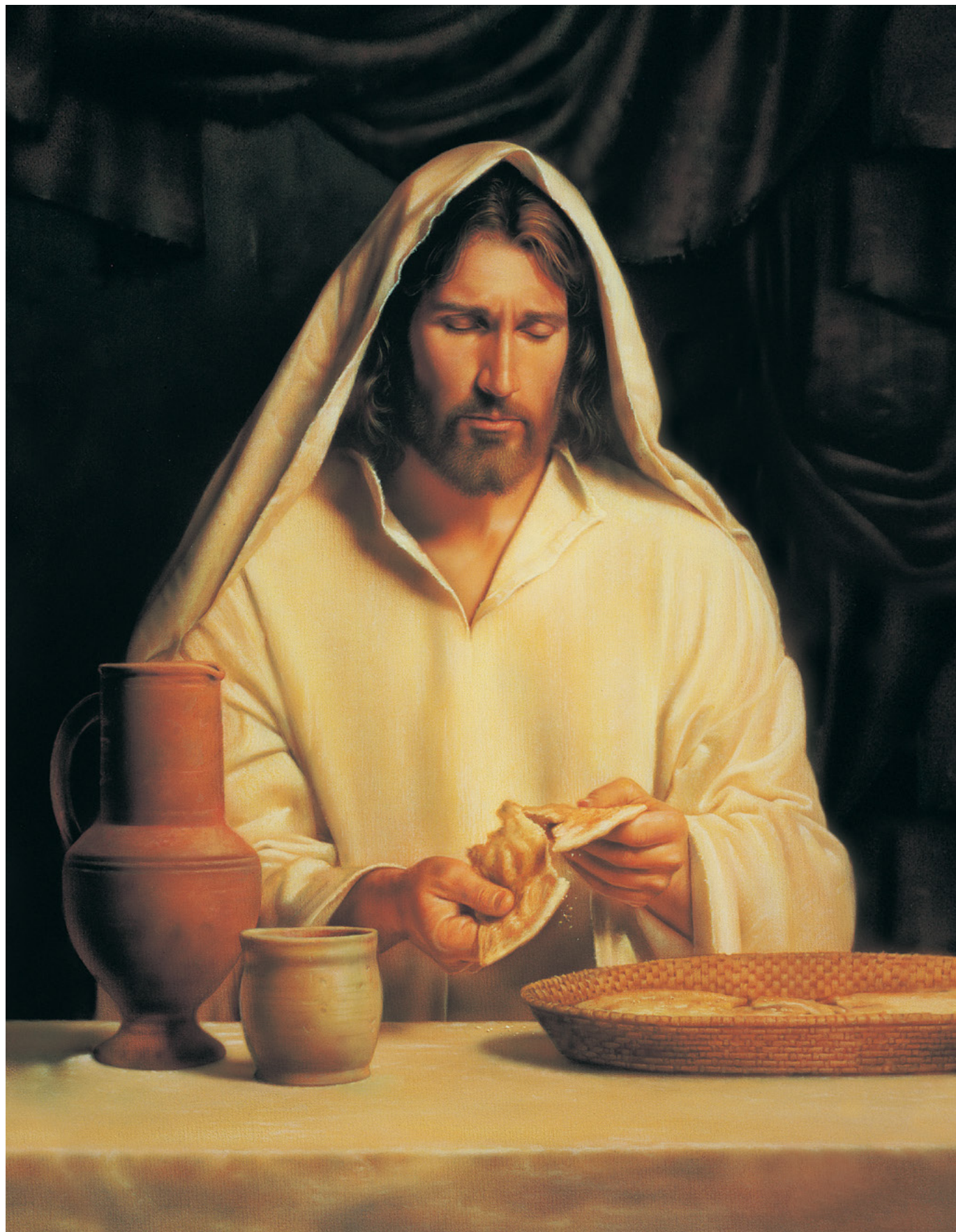


UNGA MÄN



PRIMÄR





DEI SISTI MÅLTIDEN, AV SIMON DEWEY



Äldste Kevin W. Pearson
i de sjuttios kворum

Är du fortfarande villig?

Vår villighet att följa Jesus Kristus står i direkt proportion till hur mycket tid vi förbinder oss att vistas på heliga platser.

En söndag, medan jag förberedde mig för att ta del av sakramentet efter flera veckor av stavskonferensuppslag, fick jag en intressant och mäktig tanke.

När prästen började välsigna brödet, trängde ord som jag hört så många gånger tidigare med kraft in i mitt sinne och hjärta. "Och *betyga för dig*, o Gud, du evige Fader, att *de är villiga att ta på sig din Sons namn* och *alltid minnas honom* samt *hålla de bud* som han har gett dem, så att de *alltid kan ha hans Ande hos sig*."¹ Hur många gånger har vi betygat för Gud att vi är villiga?

När jag begrundade betydelsen av dessa heliga ord, gjorde ordet *villig* större intryck på mig än någonsin tidigare. En ström av ljuvliga och heliga upplevelser fyllde mitt hjärta och sinne med kärlek och tacksamhet för Frälsarens försoningsoffer och hans avgörande roll i Faderns återlösningssplan för mig och min familj. Sedan hörde och kände jag de genomträngande orden i bönen för vattnet: "Så att de kan betyga för dig ... att de alltid minns honom."² Jag förstod tydligt i det ögonblicket att detta att hålla mina förbund måste handla om mer än goda föresatser.

Att ta del av sakramentet är inte en passiv religiös ritual som bara visar

att vi instämmer. Det är en kraftfull påminnelse om Frälsarens oändliga försoning som ett faktum, och om behovet av att alltid minnas honom och hålla hans bud. Villigheten att fokusera på Frälsaren är så avgörande att den är huvudbudskapet i de två mest citerade skriftställena i kyrkan: sakramentsbönerna. Att vi förstår sanningen om det som vår himmelske Fader så villigt erbjuder oss var och en genom sin Enfödde Son bör frammana våra yttersta

ansträngningar att i gengäld alltid vara villiga.

Är vår egen andliga grund fast byggd på Jesus Kristus?

Om vår andliga grund är tunn eller ytlig, är vi kanske benägna att basera vår villighet på en social kostnadsnyttoanalys eller ett index över personlig bekvämlighet. Och om vi instämmer i uppfattningen att kyrkan främst utgörs av föråldrade eller politiskt inkorrekta sociala riktlinjer, orealistiska personliga restriktioner och tidskrävande förpliktelser, så blir våra slutsatser om villighet bristfälliga. Vi bör inte förvänta oss att principer om villighet ska trenda positivt med influencers på sociala medier eller TikTok-entusiaster. Människors föreskrifter rimmar sällan med gudomlig sanning.

Kyrkan är en samlingsplats för ofullkomliga individer som älskar Gud och som är villiga att följa Herren Jesus Kristus. Denna villighet har sina rötter i det faktum att Jesus är Kristus, den levande Gudens Son. Denna



Peru.

gudomliga sanning kan kungöras endast genom den Helige Andens kraft. Därför är vår villighet direkt proportionell mot den mängd tid vi ägnar åt att vara på heliga platser där den Helige Andens inflytande är närvarande.

Vi gör väl i att ägna mer tid åt meningsfulla konversationer för att diskutera våra bekymmer med en kärleksfull Fader i himlen och mindre tid åt att söka andras åsikter. Vi kan också ändra vårt dagliga nyhetsflöde till Kristi ord i skrifterna och till hans levande profeters ord.

Den vikt vi tillskriver helgandet av sabbatsdagen, ärlig tiondebetalning, innehav av en giltig tempelrekommendation, tempelbesök och hedrandet av våra heliga tempelförbund är en stark indikator på vår villighet och tecken på vår hängivenhet. Är vi villiga att göra mer än en ytlig ansträngning för att stärka vår tro på Kristus?

Vår himmelske Fader älskar oss fullkomligt, men med denna kärlek följer stora förväntningar. Han förväntar sig att vi villigt fokuserar våra liv på Frälsaren. Frälsaren är vårt fullkomliga föredöme i villighet att



Ecuador.

underkasta sig Fadern i allt. Han är "vägen, sanningen och livet".³ Han sonade villigt våra syner. Han lättar villigt våra bördor, lugnar våra rädslor, ger oss styrka och bringar frid och förståelse till våra hjärtan i stunder av sorg och förtvivlan.

Dock är tron på Jesus Kristus ett val. "Om [vi] inte kan göra mera än önska att tro"⁴ på hans ord, har vi en startpunkt där vi kan påbörja eller återställa vår resa av tro. Om hans ord planteras i våra hjärtan likt ett frö och vårdas omsorgsfullt slår det rot, och vår tro växer till en övertygelse och blir en princip för handling och kraft. Mormons bok är vår mest kraftfulla resurs för att vår tro ska växa och återställas. Villighet är trons katalysator.

Jordelivet är i enlighet med gudomlig avsikt inte lätt och kan ibland vara överväldigande. Men, "[vi] är till för att [vi] ska kunna ha glädje!"⁵ Vårt fokus på Frälsaren och våra förbund ger varaktig glädje! Syftet med jordelivet är att vi ska visa vår villighet.

"Livets främsta uppgift [och lärjungeskapets pris] är att lära sig Guds vilja och sedan göra den."⁶ Sant lärjungeskap leder till glädjens fullhet. Är vi villiga att betala lärjungeskapets pris?

Förbundsstigen är inte en enkel att-göra-lista; den är en process av andlig tillväxt och en djupnande förpliktelse mot Herren Jesus Kristus. Det centrala syftet med alla bud, principer, förbund och förrättningar är att bygga upp tro på och tillit till Kristus. Vår beslutsamhet att fokusera våra liv på Kristus måste därför vara oföränderlig – inte förbehållsam, situationsbetingad eller ytlig. Vi har inte råd att ta ut semesterdagar eller personlig ledighet från vår villighet att "stå som vittnen om Gud alltid och i allting och överallt"⁷. Lärjungeskap är inte billigt, eftersom den Helige Andens sällskap är ovärderligt.

Säkerligen tänkte Herren på vår tid när han lärde liknelsen om de tio jungfrurna. Om de fem som var kloka sa han att de "har tagit emot sanningen samt tagit den Helige Anden till sin vägledare och [har] inte ... låtit sig bedragas"⁸, medan de oförståndigas lampor "slocknar" av brist på olja⁹. Kanhända Nephis ord bäst beskriver dessa en gång trofasta medlemmar i kyrkan: "Och andra kommer han att lugna och invagga i köttslig ro så att de säger: 'Allt är väl i Sion.'¹⁰

Köttslig trygghet är att söka efter och förlita sig på världsliga ting i stället för Kristus – med andra ord, att se genom en sekulär lins i stället för en andlig lins. Den Helige Anden





ger oss förmåga att se ”tingen som de verkligen är och ... tingen som de verkligen kommer att vara”¹¹. Endast ”genom den Helige Andens kraft kan [vi] få veta sanningen om allting”¹² och inte bli bedragna. Vi fokuserar våra liv på Kristus och lovar att vi är villiga att lyda hans bud, inte för att vi är blinda utan för att vi kan se.¹³

Men de oförståndiga jungfrurna då? Varför var de inte villiga att bära med sig ett kärl med andlig olja? Sköt de bara upp det? De var kanske alltför likgiltiga eftersom det var obekvämt eller verkade onödigt. Oavsett anledning bedrog de sig vad gäller Kristi avgörande roll. Detta är Satans grundläggande bedrägeri och orsaken till att deras vittnesbörds lampor så småningom slocknade av brist på andlig olja. Den här liknelsen är en metafor för vår tid. Många lämnar Frälsaren och sina förbund långt innan de lämnar hans kyrka.

Vi lever i tider som saknar motstycke och som förutsades av forna profeter, en dag då Satan rasar ”i människobarnens hjärtan och [hetsar] dem till vrede mot det som är gott”¹⁴. Alldeles för många av oss lever i en virtuell värld genomsyrad av underhållning och budskap som är fientliga mot gudomlig identitet och tro på Kristus.

Det mäktigaste andliga inflytandet i ett barns liv är rättfärdiga föredömen i form av kärleksfulla föräldrar och far- och morföräldrar som trofast håller sina egna heliga förbund. Målinriktade föräldrar lär sina barn att tro på Herren Jesus Kristus så att de också ”ska kunna veta till vilken källa de kan se för att få förlåtelse för sina synder”¹⁵. Ett likgiltigt och inkonsekvent sätt att hålla förbunden leder till andligt förfall. Den andliga skadan är oftast störst hos våra barn och barnbarn. Föräldrar och far- och morföräldrar, är vi fortfarande villiga?

President Russell M. Nelson har varnat oss om att ”i kommande dagar blir det inte möjligt att överleva andligt utan den Helige Andens ledande, tröstande och ständiga inflytande”.¹⁶ Detta är en tydlig och omisskännelig varning om att fylla på våra lampor och våra andliga oljereserver. Är vi fortfarande villiga att följa de levande profeterna? Vilken nivå är det på den andliga oljan i din lampa? Vilka förändringar i dit privatliv skulle göra det möjligt för dig att känna den Helige Andens inflytande mer ständigt?

I dag liksom på Jesu tid finns det de som vill vända tillbaka, ovilliga att gå med på lärjungeskapets pris. Alltefter som hård och hatisk kritik riktas mot

Frälsarens kyrka och dem som följer honom, kommer vårt lärjungeskap att kräva större villighet att sträcka på och stärka vår andliga ryggrad, och inte ge akt på dem.¹⁷

Om vår andliga grund är fast byggd på Jesus Kristus faller vi inte, och vi behöver inte frukta.

”Se, Herren fordrar hjärtat och ett villigt sinne, och de villiga och lydiga ska i dessa sista dagar äta Sions lands goda.”¹⁸

Må vi alltid vara villiga. I Herrens Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Läran och förbunden 20:77; betoning tillagd.
2. Läran och förbunden 20:79.
3. Johannes 14:6.
4. Alma 32:27.
5. 2 Nephi 2:25.
6. Ezra Taft Benson, ”Det främsta budet – älska Herren”, *Nordstjärnan*, juli 1988, s. 3.
7. Mosiah 18:9.
8. Läran och förbunden 45:57.
9. Matteus 25:8.
10. 2 Nephi 28:21.
11. Jakob 4:13.
12. Moroni 10:5.
13. Se Boyd K. Packer, ”Fri vilja och självkontroll”, *Nordstjärnan*, okt. 1983, s. 115.
14. 2 Nephi 28:20.
15. 2 Nephi 25:26.
16. Russell M. Nelson, ”Uppenbarelse för kyrkan, uppenbarelse för våra liv”, *Liahona*, maj 2018, s. 93.
17. Se 1 Nephi 8:26–27, 33.
18. Läran och förbunden 64:34.



Äldste Denelson Silva
i de sjuttios kvorum

Mod att förkunna sanningen

När vi väl fått veta sanningen ger Herren oss möjlighet att göra det som han skulle göra om han var här i dag.

År 1982 höll jag på att slutföra min examen i topografi på en yrkeshögskola.

Vid årets slut bad en klasskamrat att få tala med mig. Jag minns att vi lämnade de andra klasskamraterna och gick till ett område vid en idrottsplan. När vi kom dit pratade han med mig om sin religiösa övertygelse, och han inte bara visade mig en bok, utan han gav mig boken. Ärligt talat minns jag inte alla ord han sa, men jag minns det ögonblicket mycket väl och hur det kändes när han sa: "Jag vill bära mitt vittnesbörd för dig om att den här boken är sann och att Jesu Kristi evangelium har återställts."

Efter vårt samtal gick jag hem, bläddrade några sidor i boken och lade den på en hylla. Eftersom vi var i slutet av året och det var sista året på min topografiutbildning, ägnade jag ingen större uppmärksamhet åt vare sig boken eller min klasskamrat som hade gett mig den. Bokens namn kan du förstås gissa. Ja, det var Mormons bok.

Fem månader senare kom missionärerna hem till mig. De skulle precis gå när jag kom hem från jobbet. Jag bjöd in dem igen. Vi satte oss på den

lilla uteplatsen framför huset och de undervisade mig.

I mitt sökande efter sanningen frågade jag dem vilken kyrka som var sann och hur jag kunde hitta den. Missionärerna undervisade mig om att jag kunde få det svaret själv. Med stor förväntan och en stark önskan antog jag deras utmaning att läsa flera kapitel i Mormons bok. Jag bad med ett uppriktig hjärta och med ärligt uppsåt (se Moroni 10:4–5). Svaret på min fråga var tydligt, och ett antal

dagar senare – närmare bestämt den 1 maj 1983 – döptes jag och konfirmerades som medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga.

I dag, när jag tänker på detta händelseförlopp, ser jag tydligt hur viktigt min klasskamrats mod var när han bar sitt vittnesbörd om den återställda sanningen och gav mig konkreta bevis på återställelsen av Jesu Kristi evangelium, nämligen Mormons bok. Denna enkla handling, men av djup betydelse för mig, skapade ett band mellan mig och missionärerna när jag träffade dem.

Sanningen hade presenterats för mig och efter mitt dop blev jag en Jesu Kristi lärjunge. Under de följande åren, och med hjälp av mycket speciella personer såsom ledare, lärare och vänner, och även genom egna personliga studier, lärde jag mig att när jag bestämde mig för att vara en Jesu Kristi lärjunge hade jag antagit uppgiften att inte bara försvara sanningen utan också att förkunna den.

När vi går med på att tro på sanningen och att följa den, och när vi anstränger oss för att bli Jesu Kristi sanna lärjungar, får vi inte ett intyg



Guatemala.

med en garanti för att vi inte kommer att göra misstag, att vi inte frestas att lämna sanningen, att vi inte blir kritiserade, eller att vi inte får uppleva lidanden. Men kunskapen om sanningen lär att när vi går in på den raka och smala stigen som tar oss tillbaka till vår himmelske Faders närhet, kommer det alltid att finnas ett sätt att undkomma dessa problem (se 1 Korintierbrevet 10:13); det kommer alltid att finnas en möjlighet att tvivla på våra tvivel innan vi tvivlar på vår tro (se Dieter F. Uchtdorf, "Kom och förena er med oss", *Liahona*, nov. 2013, s. 23) och slutligen, vi har en garanti för att vi aldrig kommer att vara ensamma när vi går igenom lidanden, för Gud besöker sitt folk mitt i deras bedrövelser (se Mosiah 24:14).

När vi väl fått veta sanningen ger Herren oss möjlighet att göra det som han skulle göra om han var här i dag. Han visade oss genom sin undervisning vad vi behöver göra: "Och ni ska gå ut i min Andes kraft och predika mitt evangelium, två och två, i mitt namn, och höja era röster som med en basuns ljud och förkunna mitt ord liksom Guds änglar" (Läran och förbunden 42:6). Möjligheten att tjäna som missionär som ung är unik!

Snälla unga män, skjut inte upp er förberedelse för att tjäna Herren som missionärer. När ni ställs inför situationer som kan göra beslutet att verka som missionär svårt – som att avbryta studierna en tid, ta farväl av er flickvän utan någon garanti för att ni någonsin kommer att dejta henne igen, eller till och med att behöva lämna ett jobb – kom då ihåg Frälsarens exempel. Under sin verksamhet ställdes även han inför svårigheter, bland annat kritik, förföljelse och slutligen sitt försoningsoffers bittra bägare. Ändå försökte han under alla



Jamaica.

omständigheter att göra sin Faders vilja och ge honom äran. (Se Johannes 5:30; 6:38–39; 3 Nephi 11:11; Läran och förbunden 19:18–19.)

Unga kvinnor, ni är mycket välkomna, om ni så önskar, att arbeta i Herrens vingård, och när ni förbereder er för att tjäna som heltidsmissionärer är ni inte undantagna från samma utmaningar.

Jag lovar alla som bestämmer sig för att tjäna honom, att de 24 eller 18 månaderna av tjänande kommer att förflyta på missionsfältet precis som de skulle förflyta om ni stannade hemma, men de möjligheter som väntar denna kyrkas värdiga unga män och unga kvinnor på missionsfältet är unika. Förmånen att få representera Frälsaren Jesus Kristus och hans kyrka kan inte ignoreras. Att delta i oräkneliga böner, utveckla

och bära ert vittnesbörd flera gånger om dagen, studera skrifterna i många timmar och träffa människor som ni aldrig skulle ha träffat om ni hade stannat hemma är obeskrivliga upplevelser. Samma nivå av upplevelse är reserverad för de ungdomar som Herren kallar att tjäna en service-mission. Ni är mycket välkomna och ni behövs. Förringa inte vikten av en servicemission, för servicemissioner ger också obeskrivliga upplevelser. Själarna är mycket värdefulla i Guds ögon (Läran och förbunden 18:10), däribland din själs värde.

När du kommer hem från din mission kanske din flickvän eller pojkvän inte längre väntar på dig, men du har lärt dig mycket väl hur man effektivt tar kontakt. Dina akademiska studier blir mer meningsfulla med de glimtar du har fått av att förbereda dig bättre

för arbetsplatsen, och slutligen, du får den fulla förvissningen om att du modigt har förkunnat fridens evangelium och vittnat om den återupprättade sanningen.

Och till er som är gifta och i andra stadier i livet: Ni är mycket nödvändiga i Herrens verk. Förbered er. Lev sunda liv genom att söka andligt och timligt oberoende, för möjligheterna att göra det som Herren skulle göra för sina barn är inte begränsade till en enda åldersgrupp. De härligaste upplevelser min fru och jag har haft på senare år har kommit när vi har tjänat sida vid sida med speciella par, tjänat på speciella platser och tjänat mycket speciella människor.

Upplevelsen jag hade i slutet av min topografiutbildning lärde mig att vi alltid försvarar sanningen när vi förkunnar den och att det är proaktivt att försvara sanningen. Sanningen bör aldrig försvaras på ett aggressivt sätt, utan snarare med ett uppriktigt intresse av att älska, dela med sig till och inbjuda de människor vi vittnar om sanningen för, med tankarna endast på den andliga och timliga välfärden för en kärleksfull himmelsk Faders barn (se Mosiah 2:41).

Under generalkonferensen i oktober 2021 lärde president Russell M. Nelson, vår älskade profet, att i motsats till vad somliga anser så finns faktiskt det vi kallar rätt och fel. Det finns verkligen en absolut sanning – en evig sanning. (Se ”Ren sanning, ren lära och ren uppenbarelse”, *Liahona*, nov. 2021, s. 6.)

De heliga skrifterna lär oss: ”Sanningen är kunskapen om tingen som de är och som de var och som de kommer att vara” (Läran och förbunden 93:24).

Kunskapen om sanningen gör oss inte bättre än andra människor men



Uruguay.

den lär oss vad vi måste göra för att återvända till Guds närhet.

När ni fortsätter med fasthet i Kristus och modigt inte bara förkunnar sanningen utan också lever efter sanningen, får ni tröst och frid under den turbulens som ni möter i dessa tider.

Livets utmaningar kan slå ner oss, men var förvissade om att när vi utövar tro på Jesus Kristus ska ”[våra] lidanden ... endast vara ett ögonblick” (Läran och förbunden 121:7) sett ur ett evigt perspektiv. Sätt inte ett slutdatum för när era svårigheter och utmaningar ska vara över. Lita på vår himmelske Fader och ge inte upp, för

om vi ger upp kommer vi aldrig att få veta hur slutet på vår resa skulle ha blivit i Guds rike.

Håll fast vid sanningen och lär från sanningens källor:

- skrifterna (se 2 Nephi 32:3)
- profeternas ord (se Amos 3:7)
- den Helige Anden (se Johannes 16:13).

Jag bär mitt vittnesbörd om Jesus Kristus och att det här är hans kyrka. Vi har en levande profet och vi kommer alltid att känna oss fria när vi modigt förkunnar sanningen. I Jesu Kristi namn, amen. ■



Äldste Neil L. Andersen
i de tolv apostlarnas kворum

Närma dig Frälsaren

Vi strävar efter att lära känna och älska Frälsaren, och skiljer oss från världen genom förbund med Gud, genom att vara särskilda, ovanliga och speciella utan att isolera oss från dem som tror annorlunda.

Mina kära bröder och systrar, i kväll talar jag till Jesu Kristi ödmjuka och hängivna efterföljare. När jag ser godheten i era liv och er tro på vår Frälsare i det här landet och i nationer över hela världen, älskar jag er desto mer.

Mot slutet av Jesu verksamhet bad hans lärjungar honom att berätta för dem om "tecknet på [hans] återkomst och den här tidsålderns slut"¹.

Jesu berättade för dem om de förhållanden som skulle råda före hans återkomst och avslutade med att förkunna: "När ni ser allt detta, [ska ni veta] att [tidpunkten] är nära."²

Under förra generalkonferensen lyssnade jag mycket noga till president Henry B. Eyrings ord: "Var och en av oss", sa han, "var vi än är, vet att vi lever i allt svårare tider ... Alla som har ögon till att se tidernas tecken och öron till att höra profeternas ord vet att det är sant."³

Frälsaren berömde sina tappra lärjungar: "Saliga är *era* ögon som ser och *era* öron som hör."⁴ Må denna välsignelse bli vår när vi lyssnar noga till Herrens ord genom hans profeter och andra under denna konferens.

Vete och ogräs

Herren förklarade att i den här sista tiden före sin återkomst, skulle "vetet", som han beskriver som "rikets barn"⁵, växa sida vid sida med "ogräset", eller de som inte älskar Gud och inte håller hans bud. De skulle båda "växa tillsammans"⁶, sida vid sida.

Sådan kommer vår värld att vara tills Frälsaren återvänder, med mycket som är gott och mycket som är ont på alla sidor.⁷

Du kanske ännu inte känner dig som ett starkt, moget vetestrå. Ha

tålamod med dig själv! Herren sa att vetet skulle ha spröda strån som skjuter upp.⁸ Vi är alla hans sista dagars heliga, och även om vi ännu inte är allt vi vill vara, så menar vi allvar i vår önskan att vara hans sanna lärjungar.

Stärka vår tro på Jesus Kristus

Vi inser att när ondskan ökar i världen, kommer vår andliga överlevnad och den andliga överlevnaden för dem vi älskar att kräva att vi mer fullständigt vårdar, befäster och stärker rötterna till vår tro på Jesus Kristus. Aposteln Paulus rådde oss att vara rotade⁹, fasta och grundade¹⁰ i vår kärlek till Frälsaren och vår beslutsamhet att följa honom. I dag och under kommande dagar krävs det mer fokus och koncentrerad ansträngning, för att skydda oss mot distraktion och slarv.¹¹

Men trots det ökande världsliga inflytandet omkring oss behöver vi inte vara rädda. Herren överger aldrig sitt förbundsfolk. Det finns en kompensande kraft i andliga gåvor och gudomlig vägledning för de rättfärdiga.¹² Men denna extra välsignelse av andlig kraft vilar inte på oss bara för att vi tillhör den här generationen.



Finland.

Den kommer när vi stärker vår tro på Herren Jesus Kristus och håller hans bud, och när vi lär känna honom och älskar honom. ”Detta är det eviga livet”, bad Jesus, ”att de känner dig, den ende sanne Guden, och den som du har sänt, Jesus Kristus.”¹³

Som vi mycket väl vet är tro på Jesus Kristus och sant lärjungeskap mer än ett engångsbeslut – mer än en engångshändelse. Det är en helig, fortlöpande process som växer och utvidgas under varje period av våra liv och fortsätter tills vi knäböjer vid hans fötter.

När nu vetet växer bland ogräset i världen, hur kan vi då fördjupa och stärka vår hängivenhet mot Frälsaren i kommande dagar?

Här är några tankar:

Fördjupa oss i Jesu liv

För det första kan vi fördjupa oss mer fullständigt i Jesu liv, hans lärdomar, hans majestät, hans makt och hans försoningsoffer. Frälsaren sa: ”Vänd er till mig i varje tanke.”¹⁴ Aposteln Johannes påminner oss: ”Vi älskar därför att han först har älskat oss.”¹⁵ När vi bättre kan uppleva hans kärlek så älskar vi honom ännu mer och blir, på ett väldigt naturligt sätt, bättre på att följa hans exempel i att älska och ta hand om dem omkring oss. Med varje rättfärdigt steg mot honom ser vi honom tydligare.¹⁶ Vi älskar honom och vi försöker på våra små sätt att efterlikna honom.¹⁷

Ingå förbund med Herren

För det andra, allteftersom vi bättre känner och älskar Frälsaren, vill vi ännu mer lova honom vår lojalitet och tillit. Vi ingår förbund med honom. Vi börjar med våra löften vid dopet, och vi bekräftar dessa löften och andra när vi omvänder oss dagligen, ber om

förlåtelse och ivrigt ser fram emot att ta emot sakramentet varje vecka. Vi lovar att ”alltid minnas honom samt hålla [hans] bud”¹⁸.

När vi är redo tar vi emot templets förrättningar och förbund. När vi känner evighetens inflytande i våra heliga, tysta stunder i Herrens hus, sluter vi gärna förbund med Gud och stärker vår beslutsamhet att hålla dem.

När vi ingår och håller förbund kan Frälsarens kärlek sjunka djupare in i våra hjärtan. I månadens *Liahona* säger president Russell M. Nelson: ”[Våra förbund leder] oss närmare och närmare honom ... Gud överger inte sin relation med dem som har skapat ett sådant band till honom.”¹⁹ Och som president Nelson sa så vackert i morse: ”Med invigningen av varje nytt tempel kommer ytterligare gudomlig kraft in i världen för att stärka oss och motverka motståndarens tilltagande ansträngningar.”²⁰

Kan vi se varför Herren leder sin profet till att föra de heliga templen närmare oss och låta oss vara i hans hus oftare?

När vi går in i templet befrias vi en stund från de världsliga inflytanden som trängs emot oss, och vi lär oss om vårt syfte med livet och de eviga gåvor som erbjuds oss genom vår Frälsare Jesus Kristus.

Värna om den Helige Andens gåva

Slutligen, min tredje tanke: I denna heliga strävan värdesätter, skyddar, försvarar och värnar vi om den Helige Andens gåva. Både president M. Russell Ballard talade tidigare och äldste Kevin W. Pearson talade nyss om president Nelsons profetiska varning som jag ska upprepa igen: ”[Det] blir ... inte möjligt att överleva andligt utan den Helige Andens ledande,

tröstande och ständiga inflytande.”²¹ Det är en ovärderlig gåva. Vi gör vårt allra bästa för att skydda våra dagliga upplevelser så att den Helige Andens inflytande stannar kvar hos oss. Vi är ett ljus för världen, och när det behövs väljer vi villigt att vara annorlunda jämfört med andra. President Dallin H. Oaks frågade nyligen unga vuxna: ”Vägar [du] vara annorlunda? ... [Särskilt] viktiga är de val du gör i ditt privatliv ... Går du framåt emot världens motstånd?”²²

Välj att vara annorlunda än världen

I ett inlägg på sociala medier nyligen bad jag andra lärjungar att berätta om val de hade gjort som krävde att de skulle vara annorlunda än världen. Jag fick hundratals svar.²³ Här är några av dem:

Amanda: Jag är sjuksköterska och arbetar i det lokala fängelset. Jag försöker ta hand om interner så som Kristus skulle göra det.

Rachel: Jag är operasångerska och det tas ofta för givet att jag bär den kostym jag får, oavsett anständighet.



Argentina.



Japan.

[Eftersom jag har tagit emot min begåvning] sa jag till [producenterna] att kostymen skulle behöva vara [anständig]. De var inte glada ... men gjorde motvilligt ändringarna. Jag skulle inte byta bort den frid som kommer av att alltid stå som vittne om Kristus.

Chriss: Jag är alkoholist (under tillfrisknande) och tempelvärdig medlem i kyrkan. Jag är inte tyst angående mina upplevelser av beroende och att ha fått ett vittnesbörd om [Jesu Kristi] försoning.

Lauren: Jag höll på att skriva en sketch med mina klasskamrater på high school. De ville att min tysta, reserverade rollfigur plötsligt skulle utbrista i svordomar. De fortsatte pressa mig, men jag vägrade och stod på mig.

Adam: Många människor tror mig inte när jag säger att jag håller kyskhetsslagen och väljer att avstå från pornografi. De förstår inte fördelen med den glädje och sinnesfrid det ger mig.

Ella: Min far är medlem i HBTQ-rörelsen. Jag försöker alltid ta hänsyn

till andras känslor medan jag står som ett vittne om Kristus och är sann mot det jag tror på.

Andrade: Jag bestämde mig för att fortsätta gå i kyrkan när min familj bestämde sig för att sluta gå.

Och slutligen, från Sherry: Vi var med på ett evenemang i guvernörsresidenset. De började dela ut champagne för att "skåla". Jag insisterade på vatten, fast personalen sa att det skulle vara stötande. Vi skålade för guvernören och jag höll mitt vattenglas högt! Guvernören blev inte förolämpad.

President Nelson har sagt: "Ja, du lever i världen men du har mycket annorlunda normer än världen, som hjälper dig undgå att befläckas av världen."²⁴

Anastasia, en ung mamma i Ukraina, låg på sjukhus och hade just fött en liten pojke då bombningarna började i Kiev i februari i år. En sköterska öppnade dörren till sjuksalen och sa med brådska i rösten: "Ta ditt barn, svep in honom i en filt och gå ut i korridoren – nu!"

Senare sa Anastasia:

"Jag trodde aldrig att mina första dagar som mamma skulle bli så svåra, men jag fokuserar på välsignelserna och underverken jag har sett ...

Just nu kan det verka omöjligt att någonsin förlåta dem som har orsakat så mycket förstörelse och skada, men som Kristi lärjunge har jag tro på att jag kan förlåta ...

Jag vet inte allt som kommer att hända i framtiden ... men jag vet att när vi håller våra förbund kan Anden ständigt vara med oss så att vi kan känna glädje och hopp ... även under svåra tider."²⁵

Löftet om evigt liv och celestial härlighet

Mina bröder och systrar, jag har välsignats med att rikligen ta emot vår älskade Frälsare Jesu Kristi kärlek. Jag vet att han lever och leder sitt heliga verk. Jag har inte ord nog för att uttrycka min kärlek till honom.

Vi är alla "förbundets barn" över hela jorden i nationer och kulturer på varje kontinent, flera miljoner till

antalet, och vi väntar på vår Herres och Frälsares härliga återkomst. Vi lyser som ett ljus för vår omgivning och formar medvetet våra önsningar, tankar, val och handlingar. Vi söker av hela vårt hjärta att lära känna och älska Frälsaren, och skiljer oss från världen genom förbund med Gud, genom att vara särskilda, ovanliga och speciella när vi hedrar honom och hans lärdomar, utan att isolera oss från dem som tror annorlunda.

Det är en förunderlig resa att få vara vete bland ogräset, vilket ibland medför hjärtesorg som dock alltid lugnas av vår tros mognad och tillförsäkran. När du låter din kärlek till Frälsaren och hans kärlek till dig sjunka djupt in i ditt hjärta, lovar jag dig större självförtroende, frid och glädje när du möter livets utmaningar. Och Frälsaren lovar oss: ”Jag [ska] insamla mitt folk enligt liknelsen om vetet och ogräset, så att vetet kan bärgas i ladorna för att få evigt liv och krönas med celestial härlighet.”²⁶ I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Matteus 24:3.
2. Matteus 24:33.
3. Henry B. Eyring, ”Stadig i stormarna”, *Liahona*, maj 2022, s. 27.
4. Matteus 13:16; betoning tillagd.
5. Matteus 13:38.
6. Matteus 13:30.
7. Äldste Neal A. Maxwell sa: ”Kyrkans medlemmar kommer att förbli liksom vetet bland ogräset fram till tusenårsriket. En del ogräs till och med låtsas vara vete” (”Bli som ett barn”, *Ensign*, juli 1996, s. 69).
8. Se Lärnan och förbunden 86:4, 6.
9. Se Kolosserbrevet 2:7.
10. Se Kolosserbrevet 1:23; se även Efesierbrevet 3:17; Neal A. Maxwell, ”Grounded, Rooted, Established, and Settled” (andakt vid Brigham Young University, 15 sep. 1981), speeches.byu.edu.
11. I Matteus 13:22 varnade Jesus sina lärjungar för att låta världsliga bekymmer och rikedomars bedräglighet ”kväva ordet”



Mexiko.

- och stoppa deras andliga utveckling. Jag tycker om att knyta orden ”kväva ordet” till det första kapitlet i Johannes, där Johannes förkunnar att ordet är Jesus: ”I begynnelsen var Ordet, och Ordet var hos Gud ... Allt blev till genom honom, och utan honom blev ingenting till av det som är till” (Johannes 1:1, 3). Vår tro på Jesus Kristus, vår beslutsamhet att följa honom, vår kärlek till Frälsaren kan kvävas eller hindras från att växa när den berövas andligt ljus och näring (se Alma 32:37–41).
12. Se Neil L. Andersen, ”A Compensatory Spiritual Power for the Righteous” (andakt vid Brigham Young University, 18 aug. 2015), speeches.byu.edu.
 13. Johannes 17:3.
 14. Lärnan och förbunden 6:36.
 15. 1 Johannesbrevet 4:19.
 16. Äldste David B. Haight sa:
”Det är sant att några verkligen har sett Frälsaren, men när vi tar ordboken till hjälp finner vi att ordet *se* har många andra betydelser, till exempel att upptäcka honom, urskilja honom, varsebli honom och hans verk, inse hur viktig han är eller att förstå honom.
Sådana himmelska upplysningar och välsignelser finns tillgängliga för oss var och en” (”Templen och arbetet däri”, *Nordstjärnan*, jan. 1991, s. 58).
 17. Se Mosiah 5:13.
 18. Lärnan och förbunden 20:77.
 19. Russell M. Nelson, ”Det eviga förbundet”,

Liahona, okt. 2022, s. 9.

20. Russell M. Nelson, ”Vad är sant?” *Liahona*, nov. 2022, s. 29.
21. Russell M. Nelson, ”Uppenbarelse för kyrkan, uppenbarelse för våra liv”, *Liahona*, maj 2018, s. 96.
22. Dallin H. Oaks, ”Going Forward in the Second Century”, (andakt vid Brigham Young University, 13 sep. 2022), speeches.byu.edu. President Oaks tillskrev uttrycket ”våga vara annorlunda” till en artikel nyligen i *Deseret Magazine* av äldste Clark G. Gilbert, chef för Kyrkans utbildningsverksamhet, om att bevara religiös identitet inom högre utbildning (se ”Dare to Be Different”, *Deseret Magazine*, sep. 2022, deseret.com).
23. Om du vill lära dig av andra som kommenterade angående hur de har varit annorlunda än världen kan du läsa deras kommentarer på Facebook (se Neil L. Andersen, Facebook, 18 aug. 2022, facebook.com/neill.andersen) eller Instagram (se Neil L. Andersen, Instagram, 18 aug. 2022, instagram.com/neillandersen).
24. Russell M. Nelson, ”Israels hopp” (världsomfattande andakt för ungdomar, 3 juni 2018), HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org.
25. Se Anastasia Kocheva, ”Facing the Conflict in Ukraine; Healing the Conflict in My Heart”, *YA Weekly*, maj 2022.
26. Lärnan och förbunden 101:65.



Äldste Jeffrey R. Holland
i de tolv apostlarnas kворum

Upplyft på korset

För att vara en Jesu Kristi efterföljare måste man ibland bära en börda och gå till den plats där offer krävs och lidande är oundvikligt.

För många år sedan, efter en diskussion under min forskarutbildning i amerikansk religionshistoria, frågade en annan student mig: "Varför har sista dagars heliga inte antagit korset som andra kristna använder som symbol för sin tro?"

Eftersom sådana frågor om korset ofta innebär en fråga om vår hängivenhet mot Kristus, sa jag genast till honom att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga anser Jesu Kristi försonande offer vara det centrala faktumet, den avgörande grundvalen, den främsta läran och det yttersta uttrycket för gudomlig kärlek i Guds stora plan för sina barns frälsning.¹ Jag förklarade att den frälsande nåden i denna handling var nödvändig för och universellt given till hela den mänskliga familjen från Adam och Eva till världens ände.² Jag citerade profeten Joseph Smith, som sa: "Allt ... som tillhör vår religion är endast tillägg till detta."³

Sedan läste jag för honom det som Nephi skrev 600 år före Jesu födelse: "Och ... ängeln ... talade till mig och sa: 'Se!' Och jag såg och fick se Guds Lamm ... [som] lyftes upp på korset och dödades för världens synder."⁴

Med min "älska, dela, inbjud"-iver skiftande till högväxel fortsatte jag att

läsa! Till nephiterna i den nya världen sa den uppståndne Kristus: "Min Fader sände mig för att jag skulle kunna lyftas upp på korset ... så att jag ... skulle kunna dra alla människor till mig ... Och av denna anledning har jag blivit upplyft."⁵

Jag var på vippen att citera aposteln Paulus när jag märkte att min väns blick började bli glasartad. En snabb titt på armbandsuret påminde honom tydligen om att han behövde vara någonstans – var som helst – och han rusade iväg till sitt påhittade möte. Så slutade vårt samtal.

Denna morgon cirka 50 år senare är jag fast besluten att avsluta den där förklaringen – även om varenda en av er börjar se på era armbandsur. När jag försöker förklara varför vi i allmänhet *inte* använder korsets ikonografi vill jag tydligt klargöra vår djupa respekt och beundran för deras trosfyllda motiv och hängivna liv som gör det.

En anledning till att vi inte betonar korset som symbol kommer av våra bibliska rötter. Eftersom korsfästelse var en av det romerska rikets mest plågsamma avrättningsmetoder valde många av Jesu tidiga efterföljare att inte framhäva detta brutala tortyrinstrument. Innebörden av Kristi död var sannerligen central i deras tro, men under cirka 300 år försökte de vanligtvis att förmedla sin evangelieidentitet på andra sätt.⁶

Under det fjärde och femte århundradet introducerades ett kors som en symbol för generell kristendom, men vår kristendom är inte en "generell kristendom". Vi är varken katoliker eller protestanter, utan i stället en *återställd* kyrka, Nya



testamentets återställda kyrka. Därför går vårt ursprung och vår myndighet tillbaka till tiden *före* koncilier, trosbekännelser och ikonografi.⁷ I den bemärkelsen är frånvaron av en symbol som endast senare började användas allmänt, ytterligare bevis på att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är kristendomens sanna begynnelse som återställts.

Ett annat skäl till att vi inte använder ikoniserade kors är vår betoning på det fullkomliga underverket i Kristi mission – hans härliga uppståndelse likväl som hans lidande och död. När jag nu understryker detta förhållande noterar jag två konstverk⁸ som tjänar som bakgrund för första presidentskapet och de tolv apostlarnas kворum under deras heliga veckovisa möten i templet varje torsdag i Salt Lake City. Dessa avbildningar utgör ständiga påminnelser för oss om det pris som erlades och den seger som vanns av honom vars tjänare vi är.

En mer offentlig representation av Kristi tvådelade seger är att vi använder det här lilla Thorvaldsen-porträttet av den uppståndne Kristus som träder ut ur graven i härlighet, med såren från sin korsfästelse fortfarande synliga.⁹

Slutligen påminner vi oss om att president Gordon B. Hinckley en gång lärde: "Vårt folks liv måste vara symbolen för vår tro."¹⁰ Dessa faktorer

– särskilt den sistnämnda – för mig till det som kan vara den allra viktigaste skrifthänvisningen till korset. Det har inget att göra med hängen eller smycken, med kyrktorn eller skyltar. Det har snarare att göra med den bergfasta integritet och styva moraliska ryggrad som kristna bör ha med sig i det kall Jesus har gett var och en av sina lärjungar. I varje land och tidsålder har han sagt till oss alla: "Om någon vill följa mig, ska han förneka sig själv och ta sitt kors och följa mig."¹¹

Detta handlar om de kors vi bär på snarare än dem vi har på oss. För att vara en Jesu Kristi efterföljare måste man ibland bära en börda – sin egen eller någon annans – och gå till den plats där offer krävs och lidande är oundvikligt. En sann kristen kan inte följa Mästaren bara vad gäller det han eller hon håller med om. *Nej*. Vi följer honom överallt, inklusive, om det är nödvändigt, till arenor fyllda med tårar och problem där vi ibland kanske står väldigt ensamma.

Jag känner människor, i och utanför kyrkan, som följer Kristus precis så trofast. Jag känner barn med

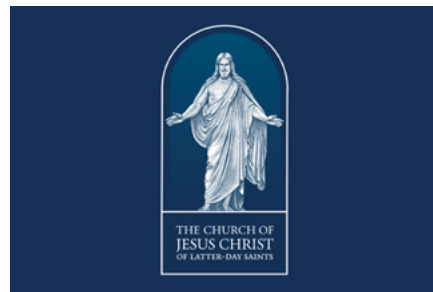
allvarliga fysiska handikapp, och jag känner de föräldrar som vårdar dem. Jag ser hur de alla arbetar så hårt att de ibland blir helt utmattade och söker styrka, trygghet och några få ögonblick av glädje som inte kommer på annat sätt. Jag känner många ensamstående vuxna som längtar efter och förtjänar en kärleksfull kamrat, ett underbart äktenskap och ett hem fullt av egna barn. Ingen önskan kan vara mer rättfärdig, men år efter år uteblir denna stora lycka. Jag känner dem som kämpar med psykisk sjukdom av många slag, som vädjar om hjälp när de ber och trängtar och griper efter den känslomässiga stabilitetens utlovade land. Jag känner dem som lever med nedbrytande fattigdom men som trotsar förtvivlan och endast ber om möjligheten att skapa bättre liv för sina nära och kära och andra behövande. Jag känner många som brottas med smärtsamma frågor om identitet, kön och sexualitet. Jag gråter för deras skull, och jag gråter med dem, eftersom jag vet hur stora konsekvenserna av deras beslut blir.

Det här är bara några av många prövande omständigheter vi kan ställas inför, allvarliga påminnelser om att det *finns* en kostnad förknippad med lärjungeskap. Till Arauna, som försökte ge David gratis oxar och gratis ved till hans brännoffer, sa kung David: "Nej, jag vill köpa det av dig till

KORSFÄSTELSEN, AV HARRY ANDERSON



MARIA OCH DEN UPPSTÅNDNE HERREN, AV HARRY ANDERSON





ett bestämt pris, för jag vill inte offra åt Herren min Gud brännoffer som jag har fått för intet.”¹² Det säger vi alla också.

När vi tar våra kors och följer honom vore det verkligen tragiskt om tyngden av våra utmaningar inte gjorde oss mer empatiska mot och mer uppmärksamma på de bördor som bärs av andra. Det är en av korsfästelsens mest kraftfulla paradoxer att Frälsarens armar sträcktes ut och spikades fast i den ställningen, på ett sätt som omedvetet men helt riktigt visade att varje man, kvinna och barn i hela den mänskliga familjen inte bara är välkommen men inbjuden till hans återlösande, upphöjande famn.¹³

Liksom den härliga uppståndelsen följde på den plågsamma korsfästelsen, så utgjuts också välsignelser av varje slag över dem som är villiga att, som profeten Jakob i Mormons bok säger, ”tro på Kristus och tänka på hans död och ta på sig hans kors”. Ibland kommer dessa välsignelser snart och ibland kommer de senare,

men det förunderliga slutet på vår personliga via dolorosa¹⁴ är löftet från Mästaren själv att de kommer. För att få sådana välsignelser, må vi följa honom – osvikligt, utan att vackla eller fly, utan att dra oss för uppgiften, oavsett om våra kors är tunga och stigen, för en tid, blir mörk. För er styrka, er lojalitet och er kärlek är jag djupt och personligt tacksam. Denna dag bär jag apostoliskt vittne om han som blev ”upplyft”¹⁵ och om de eviga välsignelser han förlämnar dem som ”lyfts upp” med honom, ja, Herren Jesus Kristus, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Jeffrey R. Holland, *Encyclopedia of Mormonism* (1992), ”Atonement of Jesus Christ”, 1:83.
2. Amulek talar om Kristi försoning som ett ”stort och sista offer”, som är ”oändligt och evigt” till sin räckvidd (Alma 34:10). För ”alla är fallna och förlorade och skulle förgås, om det inte vore för [försoningen]” (Alma 34:9; se även v. 8–12). President John Taylor tillägger: ”På ett sätt som för oss är obegripligt och oförklarligt bar [Jesus] tyngden av hela världens synder; inte bara Adams, utan även hans efterkommandes; och genom att han gjorde detta öppnade

han himmelriket, inte endast för alla troende och alla som åtlyder Guds lagar, utan för mer än halva den mänskliga familjen som dör innan de uppnår en mogen ålder samt för [dem] som ... eftersom de dött utan lag genom hans medling kommer att uppstå utan lagen och dömas utan lagen och på så sätt ta del av ... välsignelserna av hans försoning” (*An Examination into and an Elucidation of the Great Principle of the Mediation and Atonement of Our Lord and Savior Jesus Christ* [1892], s. 148–149; *Kyrkans presidenters lärdomar: John Taylor* [2001], s. 53)

3. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 49.
4. 1 Nephi 11:32–33.
5. 3 Nephi 27:14–15.
6. Det finns naturligtvis referenser till korset i Paulus undervisning (se till exempel 1 Korintierbrevet 1:17–18; Galaterbrevet 6:14; Filipperbrevet 3:18), men här talas om något mycket större än två träbjälkar som spikats ihop eller någon mindre symbol för dem. Så när Paulus talar om korset använder han doktrinär stenografi för att tala om försoningens majestät, en arena där sista dagars heliga villigt sällar sig till och citerar honom.
7. Tidiga och traditionella kristna figurer som Martin Luthers kollega Andreas Karlstadt (1486–1541) argumenterade i slutet av medeltiden för att ”krucifixet [i sig] enbart avbildade Kristi mänskliga lidande och försummade att visa hans uppståndelse och återlösande [makt]” (i John Hilton III,



Syster J. Anette Dennis

första rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap

Considering the Cross: How Calvary Connects Us with Christ [2021], s. 17).

8. Harry Anderson, *Korsfästelsen*; Harry Anderson, *Maria och den uppståndne Herren*.
9. Se Russell M. Nelson, "Öppna himlarna för att få hjälp", *Liahona*, maj 2020, s. 72–74.
10. Gordon B. Hinckley, "The Symbol of Christ", *Ensign*, maj 1975, s. 92.
11. Matteus 16:24.
12. 2 Samuelsboken 24:24.
13. "Hans arm är utsträckt till alla människor som omvänder sig och tror på hans namn" (Alma 19:36; se även 2 Nephi 26:33; Alma 5:33).
14. *Via dolorosa* är ett latinskt uttryck som betyder "en smärtsam och svår rutt, passage eller serie upplevelser" (*Merriam-Webster.com Dictionary*, "via dolorosa"). Det associeras vanligen med Jesu färdväg från Pilatus dom till korsfästelsen på Golgata.
15. Se 3 Nephi 27:14–15.



Hans ok är milt och hans bördä är lätt

Låt oss komma ihåg att varje människa på den här jorden är ett barn till Gud och han älskar var och en.

Det berättas om en man som hette Jack som hade en älskad fågelhund vid namn Cassie. Jack var så stolt över Cassie och skröt ofta om vilken skicklig hund hon var. För att bevisa det bjöd Jack med sig några vänner för att se Cassie jobba. När Jack kom till jaktklubben släppte han ut Cassie så att hon fick springa runt medan han registrerade sin ankomst.

När det var dags att börja var Jack ivrig att få visa upp Cassies otroliga förmågor. Men Cassie betedde sig underligt. Hon lydde inga av Jacks kommandon, vilket hon annars gjorde så villigt. Allt hon ville var att vara i hans närhet.

Jack var frustrerad, generad och arg på Cassie; han föreslog snart att de skulle åka därifrån. Cassie ville inte ens hoppa in i bakluckan på bilen, så Jack lyfte otåligt upp henne och föste in henne i hundburen. Han rasade medan de som var med honom gjorde narr av hans hunds beteende hela vägen hem. Han kunde inte förstå varför Cassie betedde sig så illa. Hon hade tränats väl och allt hon någonsin hade velat var att behaga och tjäna honom.

När de kom hem började Jack undersöka Cassie för att se om hon var skadad eller hade taggar eller fästingar, som han brukade göra. När han satte handen på hennes bringa kände han något vått och upptäckte att handen var täckt med blod. Till sin skam och fasa upptäckte han att Cassie hade ett långt, brett sår som gick ända in till bröstbenet. Han hittade ett till på hennes högra framben, också det gick in till benet.

Jack tog Cassie i sina armar och började gråta. Skammen över hur han hade missbedömt och behandlat henne var överväldigande. Cassie hade betett sig ovanligt tidigare den dagen eftersom hon var skadad. Hennes beteende hade påverkats av hennes smärta, hennes lidande och hennes sår. Det hade inget att göra med en bristande önskan att lyda Jack eller en brist på kärlek till honom.¹

Jag hörde den här berättelsen för många år sedan och har aldrig glömt den. Hur många skadade individer har vi ibland oss? Hur ofta dömer vi andra på grund av deras utseende eller handlingar, eller *brist* på handlingar, när vi, om vi förstod allt,

i stället skulle reagera med omedelbar medkänsla och en önskan att hjälpa, i stället för att öka deras bördor med vårt fördömande?

Jag har gjort mig skyldig till detta många gånger i mitt liv, men Herren har tålmodigt undervisat mig genom personliga erfarenheter samt när jag har lyssnat på många andras livserfarenheter. Jag har alltmer börjat uppskatta vår käre Frälsares exempel när han ägnade så mycket av *sin* tid åt att tjäna andra med kärlek.

Min yngsta dotters livserfarenhet har omfattat känslomässiga hälsoutmaningar från det att hon var liten. Det har funnits många stunder i hennes liv då hon känt att hon inte kunde fortsätta. Vi kommer alltid att vara tacksamma för de jordiska änglar som har funnits där i dessa stunder: som suttit med henne, lyssnat på henne, gråtit med henne, och även *tillsammans* delat unika gåvor, andliga insikter och en ömsesidig kärlek. Under sådana *kärleksfulla* omständigheter har ofta bördorna lättat för *bägge* parter.

Äldste Joseph B. Wirthlin citerade 1 Korintierbrevet när han sa: "Om jag talar både människors och änglars språk men inte har kärlek, är jag bara ekande brons eller en skrällande cymbal."²

Han fortsatte:

"Paulus budskap till denna nya grupp heliga var enkelt och rakt på sak: Inget du gör spelar någon större roll om du inte har kärlek. Du kan tala med änglars språk, äga den profetiska gåvan, känna alla hemligheter och ha all kunskap, ja, även ha tro till att flytta berg, men utan kärlek skulle du inget vinna alls.

Denna 'kärlek ... är Kristi rena kärlek' [Moroni 7:47]. Frälsaren exemplifierade ... den kärleken."³

I Johannes läser vi: "*Om ni har kärlek till varandra* ska alla förstå att ni är mina lärjungar."⁴

Våra ledare i kyrkan har talat mycket om Kristi rena kärlek, enighet, kärlek, vänlighet, medkänsla, förlåtelse och barmhärtighet. Jag tror att Herren ber oss att leva på ett högre, heligare sätt⁵ – *hans* kärleksfulla sätt, där *alla* kan känna att de verkligen hör hemma och behövs.

Vi är befallda att *älska* andra⁶, inte att döma dem⁷. Låt oss lägga ner den tunga bördan; vi ska inte bära den.⁸ Vi kan i stället ta upp Frälsarens ok av kärlek och medkänsla.

"Kom till mig, alla ni som arbetar och är tyngda av bördor, så ska jag ge er vila.

Ta på er mitt ok och lär av mig, för jag är mild och ödmjuk i hjärtat ...

För *mitt* ok är mildt och *min* börda är lätt."⁹

Frälsaren har inte överseende med synd men han erbjuder oss sin kärlek och ger förlåtelse när vi omvänder oss. Till kvinnan som begick äktenskapsbrott sa han: "Inte heller *jag* dömer dig. Gå, och synda nu inte mer!"¹⁰ De som han påverkade kände hans *kärlek*, och den kärleken helade och förvandlade dem. *Hans* kärlek inspirerade dem till att *vilja* förändra sina liv. Att leva på *hans* sätt medför lycka och frid, och han bad andra att leva på det sättet: med mildhet, vänlighet och kärlek.

Äldste Gary E. Stevenson har sagt: "När vi tacklar livets vindar och regnoväder, sjukdomar och skador, kommer Herren – vår herde, vår vårdare – att nära oss med kärlek och vänlighet. Han kommer att hela våra hjärtan och återställa våra själar."¹¹ Bör vi, som Kristi efterföljare, inte göra detsamma?

Frälsaren bad oss att lära av honom¹² och göra det som vi har sett

honom göra.¹³ Kristus förkroppsligar den rena kärleken. När vi steg för steg lär oss att göra det han ber oss om – inte av plikt känsla eller för de välsignelser vi kan få, utan enbart av kärlek till honom och vår himmelske Fader¹³ – kommer hans kärlek att flöda genom oss och göra allt han ber oss om inte bara möjligt, utan så småningom mycket enklare och lättare¹⁵ och mer glädjefyllt än vi någonsin kunnat föreställa oss. Det kommer att krävas övning; det kan ta flera år som i mitt fall, men när vi bara önskar att låta kärlek vara vår drivkraft kan han ta den önskan¹⁶, det fröet, och så småningom förvandla det till ett vackert träd, fyllt av den ljuvligaste frukt¹⁷.

Vi sjunger i en av våra älskade psalmer: "Hjälp mig aldrig döma andra – är jag själv från synder fri? Dolt i hjärtat finns en sorg som många av oss går förbi."¹⁸ Vilka ibland *oss* kan ha dolda sorger? Det till synes rebelliska barnet eller tonåringen, skilsmässobarnen, den ensamstående mamman eller pappan, de som har fysiska eller mentala hälsoproblem, de som ifrågasätter sin tro, de som upplever rasrelaterade eller kulturella fördomar, de som känner sig ensamma, de som längtar efter att få gifta sig,





de som har önskad beroenden, och så många andra som kämpar med många olika utmaningar i livet – ofta är det även de vars liv ter sig perfekta på ytan.

Ingen av oss har ett perfekt liv eller en perfekt familj; jag har det definitivt inte. När vi vill visa empati för andra som *också* har prövningar och brister så kan det hjälpa dem känna att de inte är ensamma i *sin* kamp. *Alla* behöver känna att de verkligen *hör* hemma och *är* behövda i Kristi kropp.¹⁹ Satans stora önskan är att söndra Guds barn och han har varit mycket framgångsrik, men det finns så stor kraft i enighet.²⁰ Och vi behöver verkligen gå hand i hand tillsammans på den här prövande resan under jordelivet!

Vår profet, president Russell M. Nelson har sagt: "Alla *övergriper* eller *fördömar* mot varandra på grund av nationalitet, ras, sexuell läggning, kön, utbildningsgrad, kultur eller andra betydande kännetecken är stötande för vår Skapare! Sådana felaktiga handlingar får oss att leva under vår ställning som hans söner och döttrar i förbundet!"²¹

Samtidigt som president Nelson har uppmanat oss alla att gå in på

och stanna på förbundsstigen som leder tillbaka till vår Fader i himlen, har han även gett oss följande råd: "Om vänner och familj skulle lämna kyrkan, fortsätt att älska dem. Det är inte upp till dig att fördöma någon annans val och du förtjänar heller inte att kritiseras för att du förblir trofast."²²

Vänner, låt oss komma ihåg att varje människa på den här jorden är ett barn till Gud²³ och han älskar var och en.²⁴ Finns det människor på *din* stig som du känner dig benägen att döma? Om det gör det, kom ihåg att det här är underbara tillfällen för oss att *öva* oss på att älska så som Frälsaren älskar.²⁵ När vi följer *hans* exempel, kan vi sammanlänkas med *honom* och hjälpa till att skapa känslor av kärlek och samhörighet i alla vår Faders barns hjärtan.

"Vi älskar därför att han först har älskat oss."²⁶ När vi är fyllda med Frälsarens kärlek *kan* hans ok verkliga vara milt, och hans börda *kan* kännas lätt.²⁷ Jag vittnar om detta i Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Jack R. Christianson, *Healing the Wounded Soul* (2008), s. 27.
2. 1 Korintierbrevet 13:1; se Moroni 7:44–48.

3. Joseph B. Wirthlin, "Det största budet", *Liahona*, nov. 2007, s. 28.
4. Johannes 13:35; betoning tillagd; se även vers 34.
5. Se Russell M. Nelson, "Inledande ord", *Liahona*, nov. 2018, s. 6–8.
6. Se Matteus 22:36–40; Johannes 13:34–35.
7. Se Matteus 7:1–4; Dieter F. Uchtdorf, "De barmhärtiga skall få barmhärtighet", *Liahona*, maj 2012, s. 70–77; se även Robert C. Gay, "Att ta på oss Jesu Kristi namn", *Liahona*, nov. 2018, s. 97–100.
8. Ett undantag från detta gäller biskopar och stavspresidenter. "Varje stavspresident och biskop är en 'domare i Israel' (Läran och förbunden 107:72). Genom denna myndighet hjälper de medlemmar att omvända sig från synd och komma till Kristus, som förlåter synd (se 32.1 och 32.3)" (*Allmän handbok: Tjänare i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga*, 31.1.7, JesuKristiKyrka.org).
9. Matteus 11:28–30; betoning tillagd.
10. Johannes 8:11; betoning tillagd; se även vers 3–10.
11. Gary E. Stevenson, "Hjärtan förenade i enighet och kärlek", *Liahona*, maj 2021, s. 23.
12. Se Matteus 11:29.
13. Se 3 Nephi 27:21–22.
14. Se Matteus 22:37–39.
15. Se Mosiah 24:15.
16. Se Alma 32:27.
17. Se Alma 32:41.
18. Se "Lord, I Would Follow Thee", *Hymns*, nr 220; samt "Lär mig att följa dig", Psalmer, nr 150.
19. Se 1 Korintierbrevet 12:12–27; se även Jeffrey R. Holland, "Sjungna och osjungna sånger", *Liahona*, maj 2017, s. 49–51.
20. Se Sharon Eubank, "Genom enighet i känsla får vi kraft från Gud", *Liahona*, nov.



Äldste Gerrit W. Gong
i de tolv apostlarnas kворum

Lyckliga och för evigt

Sann, varaktig glädje och evigheten tillsammans med dem vi älskar är själva kärnan i Guds lycksalighetsplan.

- 2020, s. 55–57; se även Dale G. Renlund, "Kristi frid utplånar fiendskap", *Liahona*, nov. 2021, s. 83–86; Sharon Eubank, "Turning Enemies into Friends" (andakt på Brigham Young University, 23 jan. 2018), speeches.byu.edu.
21. Russell M. Nelson, "Val för evigheten" (världsomfattande andakt för unga vuxna, 15 maj 2022), broadcasts.ChurchOfJesusChrist.org.
22. Russell M. Nelson, "Val för evigheten", broadcasts.ChurchOfJesusChrist.org.
23. Se Romarbrevet 8:16.
24. Se Jesaja 49:16; Romarbrevet 8:35, 38–39.
25. Se Lukas 6:31–38.
26. 1 Johannesbrevet 4:19. "Vi [talar] här om det främsta stora budet som gavs till den mänskliga familjen – att älska Gud helhjärtat, utan förbehåll eller kompromisser, det vill säga med hela vårt hjärta, av hela vår själ, av hela vårt förstånd och av hela vår kraft. Den här kärleken till Gud är det första stora budet i universum. Men den första stora sanningen i universum är att Gud älskar oss på precis det sättet – helhjärtat, utan förbehåll eller kompromisser, med hela sitt hjärta, sin själ, sitt förstånd och sin kraft" (Jeffrey R. Holland, "Den dyrbaraste ägodelen" *Liahona*, nov. 2021, s. 9).
27. Se Matteus 11:28–30.



Vänner, kära bröder och systrar, kommer ni ihåg att ni trodde på, eller ville tro på, lyckliga i alla sina dagar?

Sen händer livet. Vi "blir vuxna". Relationer blir komplicerade. Världen är högljudd, trång och påträngande, med förställning och tillgjordhet. Men ändå, "djupt i hjärtats kamrar"¹ tror vi, eller vill vi tro, att någonstans, på något sätt, är lyckliga och för evigt verkligt och möjligt.

"Lyckliga och för evigt" är inte en sagofantasi. Sann, varaktig glädje och evigheten tillsammans med dem vi älskar är själva kärnan i Guds lycksalighetsplan. Hans kärleksfullt förberedda väg kan göra att vår eviga resa blir lycklig och för evigt.

Vi har mycket att glädjas åt och vara tacksamma för. Men ingen av oss är fullkomlig, inte heller någon familj. Våra relationer innefattar kärlek, sällskaplighet och personlighet men ofta även friktion, sårade känslor, och ibland djup smärta.

"Liksom alla dör i Adam, så ska också alla göras levande i Kristus."² Att göras levande i Jesus Kristus innefattar odödlighet – hans gåva, vår fysiska uppståndelse. När vi lever med tro och lydnad kan levande i Kristus också innefatta glädjerikt överflödande evigt liv med Gud och dem vi älskar.

På ett anmärkningsvärt sätt för Herrens profet oss närmare vår Frälsare, bland annat genom heliga tempelförrättningar och förbund som kommer närmare oss på fler platser. Vi har den fullständiga möjligheten och gåvan att upptäcka nya andliga insikter, kärlek, omvändelse och förlåtelse tillsammans med varandra och våra familjer, i tid och i evighet.

Med tillåtelse ska jag berätta om två heliga, ovanligt andligt påtagliga upplevelser som vänner har delgett mig om hur Jesus Kristus förenar familjer genom att hela till och med konflikter som sträcker sig över flera generationer.³ "Oändligt och evigt"⁴, "starkare än dödens band"⁵ – Jesu Kristi försoning kan hjälpa oss få frid över det förflutna och hopp inför framtiden.

När de förenade sig med Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga fick min vän och hennes man till sin glädje lära sig att familjerelationer inte behöver vara "tills döden skiljer er åt". I Herrens hus kan familjer förenas för evigt (beseglas).

Men min vän ville inte beseglas till sin far. "Han var inte en bra make till min mor. Han var inte en bra pappa till sina barn", sa hon. "Min pappa får vänta. Jag har ingen önskan att göra



tempeltjänst för honom och beseglas till honom i evigheterna.”

Under ett år fastade, bad och talade hon mycket med Herren om sin far. Till slut var hon redo. Hennes fars tempeltjänst utfördes. Senare sa hon: ”När jag sov kom pappa till mig i en dröm, helt klädd i vitt. Han hade förändrats. Han sa: ”Titta på mig. Jag är helt ren. Tack för att du gjorde arbetet för mig i templet.” Hennes far tillade: ”Kliv upp och gå tillbaka till templet. Din bror väntar på att få döpas.”

Min vän säger: ”Mina förfäder och de som har gått vidare väntar ivrigt på att deras tempeltjänst ska utföras.”

”Vad mig anbelangar”, säger hon, ”är templet en plats för helande, för lärande och för att hedra Jesu Kristi försoning.”

Den andra upplevelsen. En annan vän forskade flitigt i sin släkthistoria. Han ville hitta sin farfars far.

Min vän berättade för mig att han tidigt en morgon kände en mans andliga närvaro i rummet. Mannen ville bli hittad och känd i sin familj. Mannen kände ånger för ett misstag som han nu hade omvänt sig från. Mannen hjälpte min vän att inse att min vän inte hade något DNA gemensamt med den person min vän trodde var hans farfars far. ”Med andra ord”, sa min vän, ”hade jag

funnit min farfars far och fått veta att han inte var den person våra släktuppteckningar utpekade som vår farfars far.”

Med förtydligade släktrationer, sa min vän, ”känner jag mig fri, och jag har frid. Det gör all skillnad i världen att veta vilka som är min släkt.” Min vän säger: ”En böjd gren innebär inte ett ruttet träd. Hur vi inträder i världen är mindre viktigt än vilka vi är när vi lämnar den.”

De heliga skrifterna och de heliga upplevelser vi haft av personligt helande och frid, även med dem som lever i andevärlden, understryker fem doktrinära principer.

För det första: Det som är centralt i Guds återlösnings- och lycksalighetsplan är att Jesus Kristus, genom sin försoning lovar att förena vår ande och kropp ”för att aldrig mer åtskiljas, så att [vi kan] ... ta emot glädjens fullhet”⁶.

För det andra: Försoningen – att vara ett med Kristus – kommer när vi utövar tro och bär sådan frukt som hör till omvändelsen.⁷ Som i jordevärdet, så i odödligheten. Tempelförrättningar förändrar i sig själva inte oss eller dem som är i andevärlden. Men dessa gudomliga förrättningar möjliggör helgande förbund med Herren som kan bringa oss i harmoni med honom och varandra.

Vår glädje blir fullkomlig när vi känner Jesu Kristi nåd och förlåtelse för oss. Och när vi erbjuder varandra hans nåds underverk och förlåtelse kan den barmhärtighet vi får, och den barmhärtighet vi erbjuder, hjälpa till att göra livets orättvisor rättvisa.⁸

För det tredje: Gud känner oss och älskar oss fullkomligt. ”Gud lurar man inte”⁹, inte heller kan han bli bedragen. Med fullkomlig nåd och rättvisa omsluter han de ödmjuka och ångerfulla i trygghetens armar.

I Kirtlands tempel såg profeten Joseph Smith i en syn sin bror Alvin frälst i det celestialet riket. Profeten Joseph förundrades, eftersom Alvin hade dött innan han hade tagit emot dopets frälsande förrättning.¹⁰ Tröstande förklarade Herren varför: Herren ”ska döma [oss] enligt [våra] gärningar, enligt [våra] hjärtans önskemål”¹¹. Våra själar bär vittne om våra handlingar och önskningar.

Tack och lov vet vi att de levande och ”de döda som omvänder sig kommer att bli återlösta genom lydnad mot förordningarna i Guds hus”¹² och Kristi försoning. I andevärlden har även de som är i synd och överträdelse möjlighet att omvända sig.¹³

Däremot kommer de som avsiktligt väljer ogudaktighet, som medvetet skjuter upp omvändelsen, eller som på något uppsåtligt eller medvetet sätt bryter mot buden och planerar lättvindig omvändelse, att dömas av Gud och ha ett ”klart minne av all [sin] skuld”¹⁴. Vi kan inte medvetet synda på lördagen och sedan förvänta oss automatisk förlåtelse genom att ta del av sakramentet på söndagen. Till missionärer och andra som säger att när man följer Anden innebär det att man inte måste lyda missionärsnormerna eller buden, säger jag: Kom ihåg att när ni lyder

missionärsnormerna och buden så inbjuder ni Anden. Ingen av oss bör skjuta på omvändelsen. Omvändelsens välsignelser börjar komma när vi börjar omvända oss.

För det fjärde: Herren ger oss gudomlig möjlighet att bli mer som han när vi erbjuder ställföreträdande, frälsande tempelförrättningar som andra behöver men inte kan göra själva. Vi blir mer kompletta och fullkomliga¹⁵ när vi blir ”frälsare ... på Sions berg”¹⁶. När vi tjänar andra kan löftets helige Ande stadfästa förrättningar och helga både givare och mottagare. Både givare och mottagare kan ingå och fördjupa omdanande förbund och med tiden ta emot de välsignelser som lovats Abraham, Isak och Jakob.

Och slutligen för det femte: Som den Gyllene regeln¹⁷ lär oss inbjuder en helgande symmetri i omvändelse och förlåtelse oss att var och en erbjuda andra det vi själva behöver och önskar.



Ibland gör vår villighet att förlåta någon annan det möjligt för både dem och oss att tro på att vi kan omvända oss och bli förlåtna. Ibland kommer villigheten att omvända sig och förmågan att förlåta vid olika tidpunkter. Vår Frälsare är vår medlare hos Gud, men han hjälper oss också att komma till oss själva och varandra när vi kommer till honom. När sår och smärtor är djupa är det särskilt svårt att reparera våra relationer och hela våra hjärtan, och kanske omöjligt för oss att göra på egen hand. Men himlen kan ge oss styrka och visdom som är större än vår egen så att vi kan veta när vi ska hålla fast och hur vi ska släppa taget.

Vi är mindre ensamma när vi inser att vi inte är ensamma. Vår Frälsare förstår alltid.¹⁸ Med vår Frälsares hjälp kan vi överlämna vårt högmod, våra sår och våra synder till Gud. Oavsett hur vi känner oss när vi börjar blir vi mer hela när vi litar på att han ska göra våra relationer hela.

Herren, som ser och förstår helt och hållet, förlåter den han vill förlåta, men vi (som är ofullkomliga) ska förlåta alla. När vi kommer till vår Frälsare fokuserar vi mindre på oss själva. Vi dömer mindre och förlåter mer. Att lita på hans förtjänster och barmhärtighet och nåd¹⁹ kan befria oss från stridigheter, ilska, övergrepp, övergivenhet, orättvisa och de fysiska och psykiska utmaningar som ibland medföljer en fysisk kropp i en dödlig värld. Lyckliga och för evigt innebär inte att varje relation blir lycklig och evig. Men tusenårsrikets millenium då Satan är bunden²⁰ kanske ger oss den tid vi behöver och förvånande sätt att älska, förstå och arbeta oss igenom saker medan vi förbereder oss för evigheten.

Vi finner himlens sällskaplighet i varandra.²¹ Guds verk och härlighet

innefattar att vi åstadkommer ”lyckliga och för evigt”.²² Evigt liv och upphöjelse innebär att känna Gud och Jesus Kristus, så, genom gudomlig makt, där de är kommer vi att vara.²³

Kära bröder och systrar, Gud vår himmelske Fader och hans älskade Son lever. De erbjuder frid, glädje och helande till alla släkten och tungomål, till var och en av oss. Herrens profet visar vägen. Uppenbarelse i de sista dagarna fortskrider. Må vi närma oss vår Frälsare i Herrens heliga hus, och må han föra oss närmare Gud och varandra när vi förenar våra hjärtan i den medkänsla, sanning och nåd som Kristus ger oss från släktled till släktled – i tid och evighet, lyckliga och för evigt. I Jesus Kristus är det möjligt; i Jesus Kristus är det sant. Det vittnar jag om i hans heliga namn, ja, Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. William Butler Yeats, ”The Lake Isle of Innisfree”, i *The Norton Anthology of English Literature*, 5:e uppl. (1986), s. 1936.
2. 1 Korintierbrevet 15:22.
3. Vi får många heliga upplevelser av hopp och löften om förändring när vi och de vi älskar kommer till Jesus Kristus genom templets förrättningar och förbund på båda sidor om slöjan.
4. Alma 34:10.
5. Läran och förbunden 121:44.
6. Läran och förbunden 138:17.
7. Se Matteus 3:8 (eller Joseph Smiths översättning, Matteus 3:35 [i Handledning för skriftstudier eller Studiehjälpmedel]); Lukas 3:8; Alma 5:15; 12:15; 13:11–13; 34:30–33; Moroni 6:1–4; 7:25; 8:25.
8. Se Alma 42:13–15; se även Robert Frost, ”A Masque of Mercy”, *Complete Poems of Robert Frost*, red. Edward Connery Lathem (1969), s. 521, i vilken Frost skriver: ”Inget kan göra orättvisan rättvis utom nåden.”
9. Galaterbrevet 6:7.
10. Se Läran och förbunden 137:1–6.
11. Läran och förbunden 137:9; se även v. 7–8, 10. I själva verket ska ”alla som har dött utan kunskap om detta evangelium, vilka skulle ha tagit emot det om de hade tillåtits att stanna kvar ... bli arvingar till Guds celestia rike.” Och Herren fortsätter: ”Alla som härefter dör utan



Äldste Joseph W. Sitati
emeritusmedlem i de sjuttios kvorum

kunskap om det, som skulle ha tagit emot det av hela sitt hjärta, ska bli arvingar till detta rike.”

12. Läran och förbunden 138:58.
13. Se Läran och förbunden 138:32.
14. Alma 11:43.
15. Se Läran och förbunden 128:15 och fotnot *b* i Matthew 5:48 i kyrkans utgåva av Bibeln på engelska, som visar att den grekiska översättningen av *fullkomlig* är ”komplett, färdig, fullt utvecklad”.
16. Obadja 1:21.
17. Se Matteus 7:12.
18. ”Han var föraktad och övergiven av människor, en smärtornas man och förtrogen med lidande” (Jesaja 53:3), men också en man som samlade de små barnen och grät av glädje som var fullkomlig (se 3 Nephi 17:20–24).
19. Se 2 Nephi 2:8.
20. Se Läran och förbunden 43:30–31. 1 Nephi 22:26 påminner oss om att Satans makt kommer att vara begränsad i tusenårsriket ”tack vare [Herrens] folks rättfärdighet”.
21. Se Läran och förbunden 130:2.
22. Se Mose 1:39.
23. Se Läran och förbunden 132:23–24; se även Läran och förbunden 29:29, där det står: ”För där jag är, dit kan de inte komma, för de har ingen förmåga därtill.”



Lärjungeskapets mönster

När vi lär oss om Kristus och hans levnadssätt får det oss att lära känna och älska honom.

Mönster för tro

I morse såg våra två barn och tre barnbarn i Nordamerika, och ungefär halva världen, solens strålande ljus som steg majestätiskt i öster. De andra tre barnen och sju barnbarnen i Afrika, och den andra halvan av världen, såg mörkret gradvis smyga sig på dem när solen sjönk över horisonten i väster.

Denna tidlösa beständighet när dagen och natten inträder, är en daglig påminnelse om de realiteter som styr våra liv och som vi inte kan ändra på. När vi respekterar och anpassar det vi gör efter de här eviga realiteterna, upplever vi inre frid och harmoni. När vi inte gör det är vi oroliga, och saker och ting fungerar inte som vi förväntar oss.

Dag och natt är ett exempel på mönster som Gud har gett alla som någonsin levt på jorden, för tingen som de verkligen är. Det är en absolut sanning i vår mänskliga tillvaro som vi inte kan förhandla oss förbi efter våra egna önskingar och komma undan med det. Jag påminns om det här varje gång jag flyger från Afrika för att komma till generalkonferensen och får vrida den biologiska klockan bakåt med tio timmar på en dag.

Närhelst vi väljer att lägga märke till det, ser vi att vår himmelske

Fader har gett oss tillräckligt många vittnen om sanningen för att styra våra liv så att vi kan lära känna honom och få välsignelserna av frid och glädje.

Genom profeten Joseph Smith bekräftar Herrens Ande: ”Och vidare ska jag ge er ett mönster för allt så att ni inte blir bedragna, för Satan är lös i landet, och han går ut och bedrar nationerna.”¹

Antikristen Korihor föll för ett sådant bedrägeri och förnekade Guds existens och Kristi ankomst. För honom vittnade profeten Alma: ”Allt tyder på att det finns en Gud. Ja, hela jorden och allt som finns på dess yta, ja, och dess rörelse, ja, och även alla planeterna som rör sig i sina regelbundna banor vittnar om att det finns en högste Skapare.”²

När Korihor insisterade på att få ett tecken innan han kunde tro, lät Alma honom bli slagen med stumhet. Ödmjukad genom sitt lidande, bekände Korihor villigt att han hade blivit bedragen av djävulen.

Vi behöver inte bli bedragna. Miraklet att det finns intelligent liv är ständigt inför oss. Och en kort blick på och begrundan av himlarnas under, klädda med tallösa stjärnor och galaxer, manar det troende hjärtats själ att utbrista: ”O store Gud!”³

Ja, Gud vår himmelske Fader lever,

och han uppenbarar sig för oss hela tiden på åtskilliga sätt.

Mönster för ödmjukhet

Men för att erkänna, tro på och fortsätta i Gud måste våra hjärtan vara mottagliga för sanningens Ande. Alma lärde att tro föregås av ödmjukhet.⁴ Mormon tillade att det är omöjligt för någon som inte är "saktnodig och ödmjuk i hjärtat" att ha tro och hopp och ta emot Guds Ande.⁵ Kung Benjamin förkunnade att alla som prioriterar världens ära är "en fiende till Gud".⁶

Genom att underkasta sig dopet för att uppfylla all rättfärdighet trots att han var rättfärdig och helig, visade Jesus Kristus att ödmjukhet inför Gud

är en grundläggande egenskap hos hans lärjungar.⁷

Alla nya lärjungar måste visa ödmjukhet inför Gud genom dopets förrättning. Så, "alla de som ödmjukar sig inför Gud och önskar bli döpta samt kommer fram med förkrossat hjärta och botfärdig ande ... ska genom dopet tas emot i hans kyrka".⁸

Ödmjukhet vänder lärjungens hjärta till omvändelse och lydnad. Guds Ande kan sedan föra sanning till det hjärtat, och den kommer att finna inträde.⁹

Det är en brist på ödmjukhet som bidrar mest till uppfyllelsen av aposteln Paulus profetia i dessa sista dagar:

"Människorna kommer att vara egenkära, pengakära, skrytsamma,



stolta, hånfulla, olydiga mot sina föräldrar, otacksamma, gudlösa,

kärlekslösa, oförsonliga, skvallriga, obehärskade, råa, fientliga mot det goda."¹⁰

Frälsarens uppmaning att lära av honom är en inbjudan att vända sig bort från världslighetens lockelser och att bli som han är – saktnodig och ödmjuk i hjärtat. Vi kan sedan ta



Colombia

upp hans ok och upptäcka att det är lätt – att lärjungeskap inte är en börda utan en glädje, som president Russell M. Nelson så värtaligt och upprepade gånger har lärt oss.

Mönster för kärlek

När vi lär oss om Kristus och hans levnadssätt får det oss att lära känna och älska honom.

Han visade genom sitt exempel att med en ödmjuk inställning är det verkligen möjligt att känna och älska Gud Fadern av hela vårt väsen och att älska andra som vi älskar oss själva, utan att hålla något tillbaka. Hans verksamhet på jorden, under vilken han satte både sin vilja och sin kropp på altaret, var ett mönster för tillämpning av dessa principer som hans evangelium är grundat på. Båda principerna är utåtriktade och handlar om hur vi förhåller oss till andra, inte om att söka personlig tillfredsställelse eller ära.

Den mirakulösa ironin är att när vi fokuserar våra bästa ansträngningar

på att älska Gud och andra, får vi möjlighet att upptäcka vårt eget sanna gudomliga värde, som Guds söner och döttrar, med den fullständiga frid och glädje som denna erfarenhet medför.

Vi blir ett med Gud och med varandra genom kärlek och tjänande. Då kan vi få den Helige Andens vittnesbörd om den rena kärleken, den frukt som Lehi talar om som är ”mycket söt, sötare än allt annat [han] någonsin tidigare smakat”¹¹.

Den krona som Kristus fick genom att ge och göra allt i sin förmåga för att sätta mönstret för att älska Fadern och älska oss, var att ta emot all makt, ja, allt som Fadern har, vilket är upphöjelse.¹²

Vår möjlighet att i själen vårda en varaktig kärlek till Gud och vår nästa, börjar hemma med de heliga vanorna av daglig kontakt med Fadern i personlig bön och familjbön i hans enfödde Sons namn, att tillsammans lära om dem genom personliga skriftstudier och skriftstudier med familjen, att helga sabbatsdagen tillsammans, och att personligen inneha en gällande tempelrekommendation och använda den tillsammans så ofta vi kan.

När var och en av oss växer i vår kunskap om och kärlek till Fadern och Sonen, växer vi i uppskattning och kärlek till varandra. Vår förmåga att älska och tjäna andra utanför hemmet förbättras avsevärt.

Det vi gör hemma är den verkliga smältdegeln för ett bestående och glädjefyllt lärjungeskap. De ljuvligaste välsignelserna i det återställda evangeliet som min fru Gladys och jag har åtnjutit i vårt hushåll, har kommit av att lära känna och hedra Gud hemma och att dela hans kärlek med våra efterkommande.

Mönster för tjänande

Kärlek till Gud och tjänande av varandra som fostras i hemmet, och tjänande av andra utanför hemmet, utvecklas med tiden till egenskapen kristlig kärlek.

Det här harmonierar med mönstret för helgat tjänande i Guds rike som Herrens levande profeter och apostlar har förelagt oss. Vi blir ett med dem.

Vi kan då, genom dem, se till Herren ”i varje tanke”, så att vi inte ska ”tvivla” och inte ”frukta”.¹³

I likhet med Herrens levande profeter och apostlar kan vi gå framåt med vårt inre fyllt av kärlek till alla människor och till trons egna, och med dygd som ständigt pryder våra tankar och med en självtillit som växer sig stark i Guds närhet, och med läran om prästadömet som faller över vår själ som himlens dagg.

Tillsammans med Herrens levande profeter och apostlar kan även vi ansluta oss till en dygdig troskrets som stärks av helgat tjänande, där den Helige Anden är vår ständige ledsagare, och vår spira en oföränderlig rättfärdighetens och sanningens spira, och vårt herradöme ett evigt herradöme; och utan tvångsmedel strömmar det till oss i evigheters evighet.¹⁴ För detta är löftet i Faderns plan. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Läran och förbunden 52:14.
2. Alma 30:44.
3. ”O, store Gud”, *Psalmer*, nr 48.
4. Se Alma 32:14–21.
5. Se Moroni 7:42–44.
6. Mosiah 3:19.
7. Se 2 Nephi 31:6–7.
8. Läran och förbunden 20:37.
9. Se 2 Nephi 33:1.
10. 2 Timoteusbrevet 3:2–3.
11. 1 Nephi 8:11.
12. Se Matteus 28:18; Läran och förbunden 84:38.
13. Läran och förbunden 6:36.
14. Se Läran och förbunden 121:45–46.





President Steven J. Lund
Unga mäns generalpresident

Ett lärjungeskap som varar

Vi kan finna andligt självförtroende och frid när vi vårdar heliga vanor och rättfärdiga rutiner som kan hålla igång och ge bränsle åt vår tros låga.

Den gångna sommaren har över 200 000 av våra ungdomar över hela världen vuxit i tro under någon av de hundratala veckolånga FSY-konferenserna. Efter att just ha lämnat pandemins isolering bakom sig var det för många en

handling i tro på Herren att ens kunna delta. Många av de unga deltagarna verkar ha följt en likartad uppåtgående kurva mot djupare omvändelse. Mot slutet av deras vecka tyckte jag om att fråga dem: "Så, hur har det gått?"



Ibland svarade de något i stil med: "Jo, i måndags var jag så irriterad på min mamma för att hon tvingade mig att åka och göra det här. Och jag kände ingen. Och jag tyckte inte det var något för mig. Och jag skulle inte få några vänner ... Men nu är det fredag, och jag vill bara stanna här. Jag vill bara få känna Anden i mitt liv. Jag vill leva så här."

De har alla sina egna berättelser om stunder av klarsyn och om andliga gåvor som strömmat genom dem och burit dem längs den där tillväxtkurvan. Jag har också blivit förändrad av den här FSY-sommaren i och med att jag har sett Guds Ande oupphörligt svara på de rättfärdiga önskningarna i hjärtat hos var och en av de här ungdomarna, som alla fann modet att förtrösta på honom och överlämna sig åt hans vård i en vecka.

I likhet med det glänsande skrovet på ett stålfartyg till havs, lever vi i en andligt frätande miljö där de mest skimrande övertygelser måste underhållas uppmärksam, annars kan de repas, börja korrodera och sedan vittra sönder.

På vilka sätt kan vi hålla vår övertygelsers låga vid liv?

Upplevelser som FSY-konferenser, läger, sakramentsmöten och missioner kan bidra till att polera våra

vittnesbörd och ta oss genom tillväxtkurvor och andliga upptäckter, till tämligen fridfulla platser. Men vad måste vi göra för att stanna kvar där och fortsätta ”sträva framåt med ståndaktighet i Kristus” (2 Nephi 31:20) i stället för att halka bakåt? Vi måste fortsätta att göra de saker som fick oss dit från början, som att be ofta, marinera oss i skrifterna och uppriktigt tjäna.

För somliga av oss krävs det kanske att vi utövar förtröstan på Herren för att ens komma till sakramentsmötet. Men när vi väl är på plats kan det helande inflytandet från Herrens sakrament, ingjutandet av evangelieprinciper och näringen genom kyrkans gemenskap få oss att återvända hem med upplyfta hjärtan.

Varifrån kommer kraften av att personligen samlas tillsammans?

På FSJ fick drygt ett par hundra tusen av våra ungdomar lära känna Frälsaren bättre genom att använda ett enkelt recept där två eller fler av dem var samlade i hans namn (se Matteus 18:20), ägnade sig åt evangeliet och skrifterna, sjöng tillsammans, bad tillsammans och fann frid i Kristus. Det är ett verkningsfullt recept på ett andligt uppvaknande.

Denna vidsträckta skara bröder och systrar har nu rest hem för att avgöra vad det innebär att fortfarande ”förtrösta på Herren” (Ordspårboken 3:5; ungdomstemat 2022) när man dras in i kakofonin från en oregerlig värld. Det är en sak att ”höra honom” (se Joseph Smith – Historien 1:17) på en tyst plats för eftertanke med skrifterna uppslagna. Men det är en helt annan sak att bära vårt lärjungeskap i denna jordiska storm av distraktioner där vi måste sträva efter att ”höra honom”, inte

minst i sattet av personliga bekymmer och bristande självförtroende. Det råder inget tvivel om saken: det är äkta hjältematerial som våra ungdomar uppvisar när de i sinne och hjärta bestämmer sig för att stå emot vår tids skiftande moraliska markförskjutningar.

Vad kan familjer göra hemma för att bygga vidare på det momentum som skapats på kyrkans aktiviteter?

Jag tjänade en gång som make till Unga kvinnors president i staven. En kväll var mitt uppdrag att duka fram kakor i foajén medan min hustru ledde en brasafton i kapellet för föräldrar med döttrar som förberedde sig för att delta i Unga kvinnors läger påföljande vecka. Efter att ha förklarat vart de skulle och vad de skulle ta med sig, sa hon: ”Så, på tisdag morgon när ni släpper av era fina tjejer vid bussen, så krama dem hårt. Och ge dem en avskedspuss – för de kommer inte tillbaka.”

Jag hörde någon flämta till, och insåg att det var jag. ”Kommer inte tillbaka?”

Men så fortsatte hon: ”När ni släpper av de där tisdagsmorgonflickorna, lämnar de bakom sig distraktionerna från de mindre tingen och tillbringar en vecka tillsammans med att lära sig och växa och förtrösta på Herren. Vi kommer att be tillsammans och sjunga och laga mat och tjäna tillsammans och bära vittnesbörd för varandra och göra sådant som låter oss känna vår himmelske Faders Ande, hela veckan, tills det tränger ända in i mörget på oss. Och på lördag kommer de flickor ni ser kliva av bussen inte vara desamma som ni släppte av på tisdagen. De kommer att vara nya skapelser. Och om ni hjälper dem att ta sig vidare från denna högre nivå kommer de att förbluffa er. De kommer att fortsätta förändras och utvecklas. Och det kommer även er familj att göra.”



Den lördagen blev det precis som hon förutsagt. Medan jag lastade tält hörde jag min hustrus röst från den lilla skogsamfiteatern där flickorna hade samlats inför hemfärden. Jag hörde henne säga: "Åh, där är ni. Vi har hållit utkik efter er hela veckan. Våra lördags-tjejer."

Sions ståndaktiga ungdomar färdas genom en förbluffande tid. Att finna glädje i denna värld av förutspått sönderfall, utan att bli en del av den världen – en värld som är blind för helighet – är deras särskilda uppdrag. För ungefär hundra år sedan talade G. K. Chesterton nästan som om han ansåg att det här uppdraget var hemcentrerat med stöd av kyrkan när han sa: "Vi måste känna att universum är både som en jättes slott som ska stormas, och samtidigt som vårt eget lilla hus som vi kan återvända till på kvällen" (*Orthodoxy* [1909], s. 130).

Tack och lov behöver de inte ge sig ut i striden ensamma. De har varandra. Och de har er. Och de följer en levande profet, president Russell M. Nelson, som leder med en siars insiktsfulla optimism i sin förkunnelse att denna tids stora strävan – Israels insamling – kommer att vara både storslagen och majestätisk (se "Israels hopp" [världsomfattande andakt för ungdomar, 3 juni 2018], HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org).

I somras bytte min hustru Kalleen och jag flyg i Amsterdam, där jag flera år tidigare hade varit nybliven missionär. Efter att ha kämpat i flera månader med att lära mig nederländska, landade vårt KLM-flyg och kaptenen gav ett obegripligt meddelande över högtalaranläggningen. Efter ett ögonblicks tystnad mumlade min kamrat: "Jag tror att det där var nederländska." Med en hastig blick läste vi varandras tankar: Det var kört.

Men allt var inte kört. Medan jag förundrades över de språng av tro som vi då tog när vi gick genom denna flygplats på väg mot de underverk som skulle regna över oss som missionärer, togs jag abrupt tillbaka till nutiden av en livs levande missionär som skulle ombord på ett flyg hem. Han presenterade sig och frågade: "President Lund, vad gör jag nu? Vad ska jag göra för att fortsätta vara stark?"

Det här är samma fråga som era ungdomar har när de lämnar FSY-konferenserna, ungdomslägren och tempelresorna, och alla de tillfällen då de känner himlens krafter: Hur kan kärleken till Gud bli till ett lärjungeskap som varar?

Jag kände kärleken välla upp för den här klarögda missionären som tjänade sina sista timmar på sin mission, och i detta ögonblick av Andens stillhet hörde jag min röst brytas när jag i all enkelhet sa: "Du behöver inte bära bricken för att bära hans namn."

Jag ville lägga händerna på hans skuldror och säga: "Gör så här. Åk hem och bara var *det här*. Du är så god att du nästan är självlysande. Din

missionsdisciplin och uppoffringarna du har gjort har format dig till en storartad Guds son. Fortsätt hemma att göra det som har fungerat så kraftfullt för dig här. Du har lärt dig att be och vem du ska be till och bönens språk. Du har studerat hans ord och kommit att älska Frälsaren genom att försöka vara som han. Du har älskat din himmelske Fader så som han älskade sin Fader, tjänat andra så som han tjänade andra och levt efter buden så som han levde efter dem – och när du inte gjort det har du omvänt dig: Ditt lärjungeskap är inte bara ett slagord på en T-shirt – det har blivit en del av ditt liv som du avsiktligt lever för att tjäna andra. Så, åk hem och gör det. Var det här. Bär med dig detta andliga momentum i resten av ditt liv."

Jag vet att vi, genom att förtrösta på Herren Jesus Kristus och hans förbundsstig, kan finna andlig tillförsikt och frid när vi vårdar heliga vanor och rättfärdiga rutiner som kan underhålla och ge bränsle åt vår tros låga. Må vi alla röra oss allt närmare dessa värmande eldar och, oavsett vad som sker, stanna kvar. I Jesu Kristi namn, amen. ■





Äldste David A. Bednar
i de tolv apostlarnas kvorum

Klä dig i din styrka, Sion

Var och en av oss bör utvärdera våra timliga och andliga prioriteringar uppriktigt och under bön.

Liknelser är ett utmärkande särdrag i Herren Jesu Kristi mästerliga sätt att undervisa. Enkelt uttryckt är Frälsarens liknelser berättelser som används för att jämföra andliga sanningar med materiella ting och jordiska upplevelser. Nya testamentets evangelier är till exempel fulla av lärdomar som liknar himmelriket vid ett senapskorn¹, en dyrbar pärla², vid en husbonde och arbetarna i hans vingård³, vid tio jungfrur⁴ och många andra saker. Under en del av Herrens verksamhet i Galileen anger skrifterna att "han talade bara i liknelser till dem"⁵.

Den avsedda betydelsen av eller budskapet i en liknelse anges

vanligtvis inte uttryckligen. Snarare förmedlar berättelsen endast gudomlig sanning till mottagaren i förhållande till hans eller hennes tro på Gud, personlig andlig förberedelse och villighet att lära. Därför måste en person utöva moralisk handlingsfrihet och aktivt "be, söka och bulta"⁶ för att upptäcka sanningarna under ytan i liknelsen.

Jag ber innerligt att den Helige Anden ska upplysa var och en av oss när vi nu begrunder vikten av liknelsen om den kungliga bröllopsfesten.

Den kungliga bröllopsfesten

"Jesus talade än en gång till dem i liknelser:

"Himmelriket är som en kung som höll bröllop för sin son.

Han sände ut sina tjänare för att kalla de inbjudna till bröllopet, men de ville inte komma.

Då sände han ut andra tjänare och befallde dem att säga till de inbjudna: Min måltid är redo, mina oxar och gödkalvar är slaktade och allt är färdigt. Kom till bröllopet!

Men de brydde sig inte om det utan gick sin väg, en till sin åker, en annan till sina affärer."⁷

I forna tider var ett av de mest glädjande tillfällena i det judiska livet en bröllopsfest – en tilldragelse

som sträckte sig över en eller två veckor. En sådan tilldragelse krävde omfattande planering och gäster informerades långt i förväg, med en påminnelse som sändes på festligheternas första dag. En inbjudan från en kung till hans undersåtar till ett bröllop som detta ansågs i stort sett vara en befallning. Men många av de inbjudna gästerna i den här liknelsen kom inte.⁸

"Denna vägran att närvara vid kungens högtid var ... [en handling av] avsiktligt uppror mot den kungliga auktoriteten och en personlig skymf mot både den regerande monarken och dennes son ... Att den ene vände sig bort till sin åker och den andre till sina affärer"⁹ återspeglar deras missriktade prioriteringar och deras totala brist på respekt för kungens vilja.¹⁰

Liknelsen fortsätter:

"Sedan sade han till sina tjänare: Allt är färdigt för bröllopet, men de inbjudna var inte värdiga.

Gå därför ut till vägskaLEN och bjud alla ni ser till bröllopet.

Tjänarna gick då ut på vägarna och samlade alla de mötte, både onda och goda, och bröllopssalen fylldes med bordsgäster."¹¹

Seden på den tiden var att värden för en bröllopsfest – i den här liknelsen kungen – skulle ordna med kläder åt bröllopgästerna. Sådana bröllopskläder var enkla, obestämbara mantlar som alla närvarande bar. På så sätt eliminerades rang och ställning, och alla på festen kunde umgås som jämlikar.¹²

De som inbjöds från vägarna att närvara vid bröllopet skulle inte ha haft tid eller medel till att skaffa lämplig klädsel som förberedelse för händelsen. Följaktligen är det troligt att kungen gav gästerna kläder från



sin egen garderob. Alla fick möjlighet att klä sig i kungliga kläder.¹³

När kungen kom in i bröllopssalen såg han sig omkring bland de närvarande och märkte genast att en av gästerna inte bar bröllopskläder. Mannen fördes fram och kungen frågade: "Min vän, hur kom du in hit utan bröllopskläder? Mannen teg."¹⁴ Det kungen egentligen frågade var: "Varför har du inte bröllopskläder på dig trots att du försetts med dem?"¹⁵

Mannen var uppenbarligen inte lämpligt klädd vid det här speciella tillfället, och orden "mannen teg" tyder på att mannen saknade ursäkter.¹⁶

Äldste James E. Talmage tillhandahåller denna lärorika redogörelse om vikten av mannens handlingar: "Att gästen som saknade klädsel gjorde sig skyldig till försummelse, avsiktlig respektlöshet eller någon allvarigare förseelse, är tydligt i sammanhanget. Kungen var först vänlig och hänsynsfull och frågade endast hur mannen hade

kommit in utan bröllopskläder.

Om gästen hade kunnat förklara sitt avvikande utseende, eller om han hade haft någon rimlig ursäkt att komma med, skulle han säkert ha talat, men det står att han teg. Kungens inbjudan hade utsträckts till alla som hans tjänare kunde finna; de måste dock alla inträda i palatset genom dörren, och innan de fick gå in i bröllopssalen, dit kungen personligen skulle komma, måste de iföra sig lämplig klädsel; men han som saknade sådan hade på något sätt tagit sig in någon annan väg, och eftersom han inte hade passerat vaktposterna vid ingången, var han en inkräktare."¹⁷

En kristen författare, John O. Reid, framhöll att mannens vägran att bära bröllopsklädseln visade på uppenbar brist på respekt för både kungen och hans son. Han saknade inte bara bröllopskläder; han valde snarare att inte bära dem. Han vägrade upproriskt att klä sig lämpligt för detta tillfälle. Kungens reaktion var snabb och



beslutsam: "Bind honom till händer och fötter och kasta ut honom i mörkret här utanför! Där ska man gråta och gnissla tänder."¹⁸

Kungens dom över mannen grundar sig inte i första hand på avsaknaden av bröllopsklädsel – utan på att "han faktiskt var fast besluten att inte bära en sådan. Mannen önskade äran att få närvara vid bröllopfesten men ville inte följa kungens sed. Han ville göra saker på sitt eget sätt. Hans avsaknad av lämplig klädsel visade på hans inre uppror mot kungen och hans instruktioner."¹⁹

Många är kallade, men få är utvalda

Liknelsen avslutas sedan med det här genomträngande skriftstället: "Många är kallade, men få är utvalda."²⁰

Intressant nog gjorde Joseph Smith följande ändring av den här versen i Matteus i sin inspirerade översättning av Bibeln: "Många är kallade, men få är utvalda. Därför bär inte alla bröllopskläder."²¹

Inbjudan till bröllopfesten och valet att delta i festen är besläktade men olika. Inbjudan är till alla män och kvinnor. En person kan till och med ta emot inbjudan och sitta ner på festen – men ändå inte vara utvald





till att ta del av den eftersom han eller hon inte bär lämpliga bröllopskläder av tro till omvändelse på Herren Jesus och hans gudomliga nåd. Därför har vi både Guds kallelse och vårt personliga svar på den kallelsen, och många må kallas men få blir utvalda.²²

Att vara eller bli utvald är inte en exklusiv status som tilldelas oss. Snarare kan du och jag i slutändan välja att bli utvalda genom att rättfärdigt utöva vår moraliska handlingsfrihet.

Lägg märke till hur ordet *utvald* används i följande välbekanta verser i Lärn och förbunden:

”Se, många är kallade, men få är *utvalda*, och varför är de inte *utvalda*?”

Eftersom deras hjärtan i så hög grad är fästa vid det som hör denna värld till och de strävar efter att äras av människor.”²³

Jag tror att innebörden av dessa verser är ganska tydlig. Gud har ingen lista med favoriter där vi får hoppas att våra namn en gång ska hamna. Han begränsar inte ”de utvalda” till ett litet antal. I stället är det *våra* hjärtan, *våra* önskningar, *vår* strävan att hedra heliga evangelieförbund och förrättningar, *vår* lydnad mot buden och,

viktigast av allt, Frälsarens återlösande nåd som avgör om vi räknas som en av Guds utvalda.²⁴

”För vi arbetar flitigt med att skriva för att förmå våra barn, och likaså våra bröder, att tro på Kristus och att förlikas med Gud. För vi vet att det är genom nåd vi blir frälsta, sedan vi har gjort allt vi kan göra.”²⁵

I vårt hektiska dagliga liv och i den tumultartade moderna värld som vi lever i, kan vi bli distraherade från de eviga ting som betyder mest genom att göra nöje, välstånd, popularitet och prominens till våra främsta prioriteringar. Vår kortsiktiga upptagenhet med ”det som hör världen till” och ”människors ära” kan få oss att gå miste om vår andliga förstfödslo rätt för långt mindre än en skål linssoppa.²⁶

Löfte och vittnesbörd

Jag upprepar Herrens förmaning till sitt folk som gavs genom profeten Haggai i Gamla testamentet: ”Så säger nu Herren Sebaot: Betänk dina vägar.”²⁷

Var och en av oss bör uppriktigt och under bön utvärdera våra

andliga och timliga prioriteringar för att urskilja sådant i våra liv som kan utgöra hinder för de överflödande välsignelser som vår himmelske Fader och Frälsaren är villiga att ge oss. Och den Helige Anden hjälper oss säkerligen se oss själva som vi verkligen är.²⁸

När vi på rätt sätt söker efter den andliga gåvan att ha ögon som ser och öron som hör²⁹, lovar jag att vi välsignas med förmågan och omdömet att stärka våra förbundsband till den levande Herren. Vi får också ta emot gudaktighetens kraft i våra liv³⁰ – och slutligen både kallas och utväljas till Herrens fest.

”Vakna, vakna! Klä dig i din styrka, Sion.”³¹

”För Sion måste tillta i skönhet och i helighet. Hennes gränser måste utvidgas, hennes stavar måste stärkas. Ja, sannerligen säger jag er: Sion måste stå upp och klä sig i sina vackra kläder.”³²

Jag vittnar med glädje om Gud, vår evige Faders och hans älskade Sons, Jesu Kristi, gudomlighet och att de verkligen lever. Jag vittnar om att Jesus Kristus är vår Frälsare och



President Russell M. Nelson

president för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga

Återlösare och att han lever. Och jag vittnar också om att Fadern och Sonen visade sig för pojken Joseph Smith och därigenom inledde återställelsen av Frälsarens evangelium i den sista tiden. Må var och en av oss söka efter och välsignas med ögon som ser och öron som hör, är min bön i Herren Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Matteus 13:31–32.
2. Se Matteus 13:45–46.
3. Se Matteus 20:1–16.
4. Se Matteus 25:1–13.
5. Markus 4:34.
6. Se Matteus 7:7–8; Lukas 11:9–10.
7. Matteus 22:1–5.
8. Se James E. Talmage, *Jesu Kristus* (1964), s. 526–530.
9. Se James E. Talmage, *Jesu Kristus*, s. 527.
10. Se James E. Talmage, *Jesu Kristus*, s. 527.
11. Matteus 22:8–10.
12. Se John O. Reid, "Many Are Called, Few Are Chosen", *Forerunner*, mars–april 2016, s. 8, cgg.org.
13. Se Joseph Fielding McConkie, *Gospel Symbolism* (1985), s. 132.
14. Matteus 22:12.
15. Se Reid, "Many Are Called, Few Are Chosen", s. 8.
16. Se Reid, "Many Are Called, Few Are Chosen", s. 8.
17. Se James E. Talmage, *Jesu Kristus*, s. 527.
18. Matteus 22:13; se Reid, "Many Are Called, Few Are Chosen", s. 8.
19. Se Reid, "Many Are Called, Few Are Chosen", s. 8.
20. Matteus 22:14.
21. Joseph Smiths översättning av Matteus 22:14 i kyrkans utgåva av skrifterna på engelska, Matthew 22:14, fotnot b; betoning tillagd.
22. Se Alfred Edersheim, *The Life and Times of Jesus the Messiah* (1993), s. 769–771.
23. Läran och förbunden 121:34–35; betoning tillagd.
24. Se David A. Bednar, "Herrens innerliga barmhärtighet", *Liahona*, maj 2005, s. 99–102.
25. 2 Nephi 25:23.
26. Se 1 Moseboken 25:29–34.
27. Se KJV Haggai 1:5.
28. Se Jakob 4:13; Läran och förbunden 93:24.
29. Se Matteus 13:16.
30. Se Läran och förbunden 84:19–21.
31. Jesaja 52:1.
32. Läran och förbunden 82:14.

Övervinn världen och finn ro

Finn ro från intensiteten, osäkerheten och vandan i denna värld genom att övervinna världen genom era förbund med Gud.

Mina kära bröder och systrar, jag är tacksam att få hälsa er denna härliga sabbatsmorgon. Ni är ständigt i mina tankar. Jag förundras över hur ni genast skrider till verket när ni ser människor i nöd. Jag häpnar över den tro och det vittnesbörd ni visar om och om igen. Jag gråter över er hjärtesorg, era besvikelser och er oro. Jag älskar er. Jag försäkrar er om att vår himmelske Fader och hans älskade Son Jesus Kristus älskar er. De är djupt medvetna om era omständigheter, er godhet, era behov och era böner om hjälp. Om och om igen ber jag för att ni ska känna deras kärlek till er.

Det är livsviktigt att känna deras kärlek, eftersom vi dagligen verkar bli angripna av en storm av allvarliga nyheter. Ni kanske har haft dagar då ni önskade att ni kunde sätta på er pyjamasen, kura ihop er och be någon att väcka er när kaoset är över.

Men, mina kära bröder och systrar, så många underbara saker ligger framför oss. I kommande dagar kommer vi att se de *största* manifestationerna av Frälsarens makt som världen *någonsin* har sett. Från nu och till den

tid då han återvänder "med makt och stor härlighet"¹ kommer han att skänka de trofasta otaliga privilegier, välsignelser och underverk.

Ändå lever vi just nu i det som helt visst är en mycket komplicerad del av världshistorien. Komplexiteten och utmaningarna gör att många känner sig överväldigade och utmattade. Men ta i beaktande en händelse nyligen som kan kasta ljus över hur ni och jag kan finna ro.

Under öppet hus i Washington D.C. tempel i USA nyligen bevittnade en medlem i öppet hus-kommittén en insiktsfull dialog när han eskorterade flera framstående journalister genom templet. På något sätt hade en ung familj kommit med på rundvisningen för media. En reporter frågade om och om igen om tempelbesökarens "resa" när han eller hon rör sig genom templet. Han ville veta om resan genom templet symboliserar utmaningarna i människans resa genom livet.

En liten pojke i familjen hörde konversationen. När sällskapet kom in i ett begåvningsrum pekade pojken på altaret, där man knäböjer för att ingå

förbund med Gud, och sa: ”Å, vad fint. Här kan man *vila* på sin tempelresa.”

Jag tvivlar på att pojken förstod riktigt hur djupsinnig hans observation var. Han hade antagligen ingen aning om det direkta sambandet mellan att ingå ett förbund med Gud i templet och Frälsarens fantastiska löfte:

”Kom till mig, alla ni som arbetar och är tyngda av bördor, så ska jag ge er *vila*.”

Ta på er mitt ok och lär av mig ... Då ska ni finna *ro* för era själar, för mitt ok är mildt och min börda är lätt.”²

Kära bröder och systrar, jag sörjer över dem som lämnar kyrkan eftersom de känner att medlemskapet kräver för mycket av dem. De har ännu inte upptäckt att när man ingår och håller förbund blir livet faktiskt lättare! Var och en som ingår förbund i dopbassänger och i tempel – och håller dem – har ökad åtkomst till Jesu Kristi kraft. Snälla, begrunda denna häpnadsväckande sanning!

Belöningen för att man håller sina förbund med Gud är himmelsk kraft – kraft som stärker oss så att vi kan tåla våra prövningar, frestelser och hjärtesorger bättre. Denna kraft lättar vår väg. De som lever enligt Jesu Kristi högre lagar har åtkomst till hans högre kraft. På så sätt har de som håller sina förbund rätt till en särskild sorts *ro* som ges till dem genom deras förbundsrelation med Gud.

Innan Frälsaren underkastade sig lidandet i Getsemane och på Golgata förkunnade han för sina apostlar: ”I världen får ni lida, men var frimodiga: jag har *övervunnit världen*.”³ Senare vädjade Jesus till var och en av oss att göra detsamma när han sa: ”Jag *vill* att *ni* ska *övervinna* världen.”⁴

Kära bröder och systrar, mitt budskap till er i dag är att tack vare att Jesus Kristus övervann denna fallna värld, och eftersom han försonade för var och en av oss, kan ni också övervinna denna av synd genomdränkta, egocentriska och ofta utmattande värld.

Eftersom Frälsaren genom sin oändliga försoning återlöste var och en av oss från svaghet, misstag och synd, och eftersom han upplevde varje smärta, oro och börda ni någonsin har haft⁵ så kan ni, när ni verkligen omvänder er och söker hans hjälp, resa er över nutidens farliga värld.

Ni kan övervinna de andligt och känslomässigt utmattande plågorna i världen, bland annat arrogans, högmod, ilska, omoral, hat, girighet, avund och rädsla. Trots de distraktioner och förvrängningar som virvlar omkring oss kan ni finna sann *ro* – det vill säga lättnad och frid – även mitt i era mest plågsamma problem.

Den här viktiga sanningen leder till tre grundläggande frågor:

För det första: Vad innebär det att övervinna världen?

För det andra: Hur gör vi det?

Och för det tredje: Hur välsignas våra liv av att vi övervinner världen?

Vad innebär det att övervinna världen? Det innebär att övervinna frestelsen att bry sig mer om det som hör denna värld till än det som hör Gud till. Det innebär att lita mer på Kristi lära än på människofilosofier. Det innebär att glädjas åt sanningen, fördöma bedrägeri och bli ”Kristi ödmjuka efterföljare”⁶. Det innebär att välja att avstå från allt som fördriver Anden. Det innebär att vara villig att ”överge” till och med våra favoritsynder.⁷

Men att övervinna världen innebär verkligen inte att bli fullkomlig i detta liv, och inte heller att era problem dunstar bort som genom trolleri – för det gör de inte. Och det innebär *inte* att ni inte fortfarande gör misstag. Men att övervinna världen innebär faktiskt att er motståndskraft mot synd ökar. Era hjärtan mjuknar när er tro på Jesus Kristus ökar.⁸ Att



övertvinna världen innebär att komma att älska Gud och hans älskade Son mer än man älskar någon annan eller något annat.

Så hur övervinner vi världen? Kung Benjamin lärde oss hur. Han sa att "den naturliga människan är en fiende till Gud" och kommer alltid Att vara det, "om hon inte ger efter för den Helige Andens maningar och lägger av den naturliga människan och blir en helig genom Herren Kristi försoning"⁹. Varje gång ni söker efter och följer Andens maningar, varje gång ni gör något gott – sådant som "den naturliga människan" inte skulle göra – övervinner ni världen.

Att övertvinna världen är inte något som sker på en dag eller två. Det sker under en livstid när vi gång på gång tar till oss Kristi lära. Vi kultiverar tro på Jesus Kristus genom att omvända oss dagligen och hålla förbund som begåvar oss med kraft. Vi stannar kvar på förbundsstigen och blir välsignade med andlig styrka, personlig uppenbarelse, ökad tro och änglars betjäning. Att leva efter Kristi lära kan framkalla en mycket kraftfull god sprial av händelser och skapa andligt momentum i våra liv.¹⁰

När vi strävar efter att leva efter Jesu Kristi högre lagar börjar vårt hjärta och själva vår natur att förändras. Frälsaren *lyfter upp* oss över denna fallna världs dragningskraft genom att välsigna oss med större kärlek, ödmjukhet, generositet, vänlighet, självdisciplin, frid och *ro*.

Nu kanske ni tänker att det här låter mer som hårt andligt arbete än *ro*. Men här kommer den stora sanningen: medan världen insisterar på att prestige, prylar, popularitet och passioner ger lycka, så gör de inte det! Det kan de inte! Vad de framkallar är inget annat än ett ihålligt

substitut för det "välsignade och lyckliga tillstånd [de upplever] som håller Guds bud"¹¹.

Sanningen är att det är mycket *mer utmattande* att söka efter lycka där man *aldrig* kan hitta den! Men när ni går i ok med Jesus Kristus och gör det andliga arbete som krävs för att övertvinna världen har han, och bara han, makten att lyfta upp er över denna världens dragningskraft.

Så hur välsignas våra liv av att vi övervinner världen? Svaret är tydligt: Att ingå i en förbundsrelation med Gud binder oss vid honom på ett sätt som gör *allt* i livet lättare. Missförstå mig inte: jag säger *inte* att förbunden gör livet *lätt*. Ni kan faktiskt vänta er motstånd, för motståndaren vill inte att ni upptäcker Jesu Kristi kraft. Men att gå i ok tillsammans med Frälsaren innebär att ni har tillgång till *hans* styrka och återlösande kraft.

Jag vill bekräfta en djupsinnig lärdom från president Ezra Taft Benson: "Män och kvinnor som överlämnar sina liv åt Gud upptäcker att han kan göra mycket mer av deras liv än de själva kan. Han fördjupar deras glädje, ökar deras klarsyn, upplivar deras förstånd, ... upplyfter deras ande, mångfaldigar deras välsignelser, ökar deras möjligheter, tröstar deras själar, ger dem vänner och utgjuter frid."¹²

Dessa ojämförliga privilegier följer dem som söker himlens stöd till hjälp för att övertvinna den här världen. Med det syftet i åtanke ger jag hela kyrkans medlemskap samma uppmaning som jag gav våra unga vuxna i maj i år. Jag uppmanade dem då – och jag *vädjar* till er nu – att ta ansvar för ert eget vittnesbörd om Jesus Kristus och hans evangelium. Kämpa för det. Ge det näring så att det växer. Ge det



sanning. Förorena det inte med icke troende mäns och kvinnors falska filosofier. När ni ger ert vittnesbörd högsta prioritet bör ni vara uppmärksamma på att underverk kommer att ske i ert liv.¹³

Min vädjan till er denna morgon är att ni ska finna *ro* från intensiteten, osäkerheten och vandan i denna värld genom att *övertvinna* världen genom era förbund med Gud. Låt

honom veta genom era böner och era handlingar att ni menar allvar med att övervinna världen. Be honom att lysa upp ert sinne och sända er den hjälp ni behöver. Skriv varje dag ner de tankar ni får när ni ber, och följ sedan upp dem noggrant. Tillbringa mer tid i templet, och försök förstå hur templet lär er att resa er ovanför denna fallna värld.¹⁴

Som jag har sagt förut är Israels insamling det *viktigaste* arbete som sker på jorden i dag. En avgörande del av denna insamling är att förbereda ett folk som är kapabelt, redo och värdigt att ta emot Herren när han kommer tillbaka, ett folk som redan har valt Jesus Kristus över den här fallna världen, ett folk som gläds i sin handlingsfrihet att kunna leva enligt Jesu Kristi högre och heligare lagar.

Jag uppmanar er, mina kära bröder och systrar, att bli det här rättfärdiga folket. Värdesätt och hedra era förbund över alla andra åtaganden. När ni låter Gud råda i ert liv lovar jag er större frid, självförtroende, glädje och, ja, *ro*.

Med den makt som medföljer det heliga apostlaskap som jag innehar, välsignar jag er i er strävan att övervinna denna värld. Jag välsignar er med att kunna öka er tro på Jesus Kristus och lära er hur ni bättre kan ta del av hans kraft. Jag välsignar er med att kunna se skillnad på sanning och osanning. Jag välsignar er med att bry er mer om det som hör Gud till än det som hör denna världen till. Jag välsignar er med att kunna se de behov som finns omkring er och stärka dem ni älskar. Eftersom Jesus Kristus övervann världen kan ni också göra det. Det vittnar jag om i

Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Joseph Smith – Matteus 1:36: "Då ska Människosönens tecken visa sig på himlen, och då ska alla jordens släkter sörja. Och de ska se Människosönen komma i himlens moln med makt och stor härlighet."
2. Matteus 11:28–30; betoning tillagd.
3. Johannes 16:33; betoning tillagd.
4. Läran och förbunden 64:2; betoning tillagd.
5. Se Alma 7:11–13.
6. 2 Nephi 28:14.
7. Se redogörelsen om kung Lamonis far i Alma 22, särskilt Alma 22:18.
8. Se Mosiah 5:7.
9. Mosiah 3:19; betoning tillagd.
10. Se 2 Nephi 31; 3 Nephi 27:16–20.
11. Mosiah 2:41.
12. *Kyrkans presidenters lärdomar: Ezra Taft Benson* (2014), s. 42.
13. Se Russell M. Nelson, "Val för evigheten" (världsomfattande andakt för unga vuxna, 15 maj 2022), broadcasts. ChurchofJesusChrist.org.
14. President David O. McKay sa att i templet går vi "steg för steg uppåt till den Eviga Närvaron" (i Truman G. Madsen, *The Temple: Where Heaven Meets Earth* [2008], s. 11).





Söndagens eftermiddagsmöte | 1 oktober 2022

President Henry B. Eyring
andre rådgivare i första presidentskapet

Ett arv av uppmuntran

Jag uppmanar er att fortsätta sträva efter att kvalificera er för att återvända till vår himmelske Fader och Jesus Kristus.

Mina kära bröder och systrar, jag är tacksam över att få vara med er under den här generalkonferensen för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Vi har känt er tro och er kärlek, var ni än befinner er. Vi har blivit uppbyggda av den inspirerade undervisningen, de kraftfulla vittnesbörden och den storslagna musiken.

Jag uppmanar er att fortsätta sträva efter att kvalificera er för att återvända till vår himmelske Fader och Jesus Kristus. Var ni än befinner er på förbundsstigen så kommer det att finnas en kamp mot jordelivets fysiska utmaningar och Satans motstånd.

Som min mor sa när jag klagade på hur svårt något var: "Åh, Hal, det är klart att det är svårt. Det är meningen. Livet är ett prov."

Hon kunde säga det helt lugnt, till och med ett leende, för hon visste två saker. Oavsett svårigheterna så var det viktigast att återvända hem för att vara tillsammans med hennes himmelske Fader. Och hon visste att hon kunde klara det genom tro på sin Frälsare.

Hon kände att han var nära henne. Under de dagar hon kände att hon skulle dö pratade hon med mig om Frälsaren där hon låg i sitt sovrum. Det fanns en dörr till ett annat rum i

närheten av hennes säng. Hon log och tittade på den dörren när hon lugnt talade om att snart få träffa honom. Jag minns fortfarande hur jag tittade på den dörren och föreställde mig rummet bortom den.

Hon är i andevärlden nu. Hon kunde hålla blicken på målet som hon ville uppnå trots årtal av både fysiska och personliga prövningar.

Det arv av uppmuntran hon lämnade till oss beskrivs bäst i Moroni 7, där Mormon uppmanar sin son Moroni och sitt folk. Det är ett arv av uppmuntran till efterkommande precis som min mors var till hennes familj. Mormon lämnade det arvet av uppmuntran till alla som är fast beslutna att kvalificera sig, genom alla jordelivets prövningar, för evigt liv.

Mormon börjar de första verserna i Moroni 7 med ett vittnesbörd om



Argentina.

Jesu Kristus, om änglar och om Kristi Ande, som hjälper oss skilja gott från ont så att vi kan välja det rätta.

Han sätter Jesus Kristus främst, liksom alla gör som lyckas med att uppmuntra dem som kämpar sig uppåt på stigen mot sitt himmelska hem:

"För ingen människa kan bli frälst, enligt Kristi ord, om hon inte har tro på hans namn. Om därför sådant har upphört då har även tron upphört. Och hemskt är då människornas tillstånd, för det är som om ingen återlösning hade skett.

Men se, mina älskade bröder, jag anser er vara bättre än så, för jag anser att ni har tro på Kristus tack vare er ödmjukhet. För om ni inte har tro på honom är ni inte lämpade att räknas bland hans kyrkas folk."¹

Mormon såg ödmjukhet som ett bevis på styrkan i deras tro. Han såg att de kände sig beroende av Frälsaren. Han uppmuntrade dem genom att lägga märke till *den* tron. Mormon fortsatte att uppmuntra dem genom att hjälpa dem förstå att deras tro och ödmjukhet skulle bygga upp deras övertygelse och tro på framgång i prövningen:

"Och vidare, mina älskade bröder, vill jag tala till er om hopp. Hur skulle ni kunna uppnå tro om ni inte har hopp?

Och vad är det ni ska hoppas på? Se, jag säger er att ni genom Kristi försoning och hans uppståndelses kraft ska ha hopp om att kunna uppväckas till evigt liv, och detta tack vare er tro på honom enligt löftet.

Om därför en människa har tro så måste hon ha hopp, för utan tro kan det inte finnas något hopp.

Och se, jag säger er att hon inte kan ha tro och hopp om hon inte är saktmodig och ödmjuk i hjärtat."²

Mormon uppmanar dem sedan genom att vittna om att de är på väg

att ta emot gåvan att få sina hjärtan fyllda av Kristi rena kärlek. Han väver ihop samspelet mellan tro på Jesus Kristus, ödmjukhet, den Helige Anden och det fasta hoppet om att ta emot evigt liv. Han uppmuntrar dem på det här sättet:

”För ingen är godtagbar inför Gud utom de saktmodiga och ödmjuka i hjärtat. Och om en människa är saktmodig och ödmjuk i hjärtat, och genom den Helige Andens kraft bekänner att Jesus är Kristus, måste hon ha kärlek, för om hon inte har kärlek är hon ingenting. Därför måste hon ha kärlek.”³

När jag ser tillbaka inser jag nu att kärlekens gåva – Kristi rena kärlek – stärkte, vägledde, uppehöll och förändrade min mor under hennes kamp på vägen hem.

”Och kärleken är tålig och god och avundas inte och är inte uppblåst, söker inte sitt och blir inte lätt förargad, tänker intet ont och gläds inte åt ondska utan gläds åt sanningen, fördrar allting, tror allting, hoppas allting och uthärdar allting.

”Om ni därför, mina älskade bröder, inte har kärlek är ni ingenting, för

kärleken sviker aldrig. Håll därför fast vid kärleken, som är det största av allt, för allt måste upphöra.

Men den kärlek som är Kristi rena kärlek består för evigt, och var och en som på den yttersta dagen befinns vara fylld därav, med honom är allt väl.

Därför, mina älskade bröder, be till Fadern av allt ert hjärta att ni må vara fyllda av denna kärlek som han har utgjutit över alla som är hans Sons, Jesu Kristi, sanna efterföljare, så att ni kan bli Guds söner, så att vi, när han visar sig, ska bli som han, för vi ska se honom sådan han är, så att vi kan ha detta hopp och så att vi kan bli renade alldeles som han är ren.”⁴

Jag är tacksam för hur Mormons exempel och undervisning uppmuntrar mig. Jag har även välsignats av min mors arv. Profeter från Adams tid till i dag har stärkt mig genom undervisning och exempel.

Av respekt för dem jag känner personligen och deras familjer så har jag valt att inte försöka bekräfta detaljerna kring deras provningar eller tala om deras stora gåvor offentligt. Men det jag har sett har uppmuntrat mig och förändrat mig till det bättre.

Med risk för att göra intrång i hennes privatliv vill jag helt kort berätta om min frus uppmuntran. Jag gör det varsamt. Hon är en privat person som varken söker eller uppskattar beröm.

Vi har varit gifta i 60 år. Det är på grund av den upplevelsen som jag nu förstår innebörden av dessa ord i skrifterna: tro, hopp, ödmjukhet, uthållighet, att inte söka sitt, glädjas med sanningen, inte tänka på det onda och framför allt: kärleken.⁵ Med den erfarenheten som grund kan jag bära vittnesbörd om att till synes vanliga människor kan ta alla dessa underbara ideal in i sin vardag medan de höjer sig över livets törnar.

Miljontals av er som lyssnar känner sådana människor. Många av er *är* sådana människor. Vi behöver alla sådana uppmuntrande exempel och kärleksfulla vänner.

När ni sitter med någon som deras stödsyster eller -broder representerar ni Herren. Tänk på vad han skulle göra eller säga. Han skulle uppmuntra dem att komma till honom. Han skulle lägga märke till och berömma början av de förändringar de behöver genomgå. Och han skulle vara det fullkomliga föredömet som de kunde efterlikna.

Ingen kan göra det helt och hållet än, men genom att lyssna på den här konferensen kan ni veta att ni är på väg. Frälsaren känner till varje detalj i era provningar. Han vet vilken stor potential ni har att växa i tro, hopp och kärlek.

De bud och förbund som han erbjuder er är inte prov för att kontrollera er. De är en gåva som är till för att lyfta er så att ni kan ta emot alla Guds gåvor och återvända hem till er himmelske Fader och Herren, som älskar er.



Brasilien.



Äldste Ryan K. Olsen
i de sjuttios kворum

Jesus Kristus betalade priset för våra synder. Vi får göra anspråk på det eviga livets välsignelse om vi tror tillräckligt mycket på honom för att omvända oss och bli som ett barn; rena och redo att ta emot den största av alla Guds gåvor.

Jag ber att ni ska ta emot hans uppmaning och att ni ska erbjuda den till andra av vår himmelske Faders barn.

Jag ber för våra missionärer runtom i världen. Må de vara inspirerade att uppmuntra varje person så att de vill och att de tror på att denna uppmaning kommer från Jesus Kristus, genom hans tjänare som har tagit på sig hans namn.

Jag vittnar om att han lever och leder sin kyrka. Jag är hans vittne. President Russell M. Nelson är Guds levande profet för hela jorden. Jag vet att det är sant. I Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Moroni 7:38–39.
2. Moroni 7:40–43.
3. Moroni 7:44.
4. Moroni 7:45–48.
5. Se 1 Korintierbrevet 13; Moroni 7.



Peru.

Svaret är Jesus

Oavsett hur svåra eller förvirrande utmaningarna kanske blir, kan ni alltid komma ihåg att svaret är enkelt: det är alltid Jesus.

Vilken ära att få tala till er under det här konferensmötet. I dag vänder jag mig till er som vänner. I Johannes-evangeliet lärde Frälsaren att vi är hans vänner om vi gör det han ber oss att göra.¹

Det är vår personliga och kollektiva kärlek till Frälsaren, och våra förbund med honom, som binder oss samman. Som president Henry B. Eyring har sagt: "Till er önskar jag säga hur mycket Herren älskar er och litar på er. Och än mer vill jag säga er hur mycket han behöver er."²

När jag kallades till generalauktoriteten av president Russell M. Nelson översköldjades jag av känslor. Det var överväldigande. Min hustru Julie och jag emotsåg nervöst lördagens eftermiddagsmöte på generalkonferensen. Det var ödmjukande att bli inröstad. Jag räknade noggrant stegen till stolen jag tilldelats så att jag inte skulle falla på mitt första uppdrag.

I slutet av det mötet hände något som påverkade mig djupt. Kворum-medlemmarna ställde sig på rad och hälsade på de nya generalauktoritetserna en efter en. Vår och en av dem visade sin kärlek och sitt stöd. Med en hjärtlig *abrazo* [kram] sa de: "Oroa dig inte – du hör hemma här."

I vårt förhållande med Frälsaren ser han till hjärtat och "gör inte skillnad på människor".³ Tänk bara på hur han valde sina apostlar. Han brydde sig inte om status eller förmögenhet. Han inbjuder oss att följa honom, och jag är övertygad om att han försäkrar oss om att vi hör hemma med honom.

Det här budskapet gäller särskilt kyrkans ungdomar. Jag ser i er det som president Nelson ser i er. Han sa att "det finns något obestridligt speciellt med den här generationen ungdomar. Er himmelske Fader måste verkligen tro på er för att skicka er till jorden i den här tiden. Ni föddes till storhet!"⁴

Jag är tacksam för det jag lär mig av ungdomarna. Jag är tacksam för det som mina barn lär mig, för det som våra missionärer lär mig och för det som mina syskonbarn lär mig.

För inte så länge sedan arbetade jag på vår gård med min brorson Nash. Han är sex år och har ett rent hjärta. Han är min favoritbrorson med namnet Nash, och jag är säker på att jag är hans favoritfarbror bland talarna på konferensen i dag.

När han hjälpte mig att komma på en lösning för vårt projekt, sa jag: "Nash, det är ju en jättebra idé. Hur blev du så smart?" Han såg på mig



Nordirland.

med ett uttryck i ögonen som sa: "Farbror Ryan, hur kan du inte veta svaret på den frågan?"

Han ryckte bara på axlarna, log, och sa självsäkert: "Jesus."

Nash påminde mig den dagen om denna enkla men ändå så djupa lärdom. Svaret på den enklaste frågan och på det mest komplexa problemet är alltid detsamma. Svaret är Jesus Kristus. Alla lösningar återfinns i honom.

I Johannesevangeliet sa Frälsaren till sina lärjungar att han skulle gå bort och bereda plats för dem. Tomas blev förbryllad och frågade Frälsaren:

"Herre, vi vet inte vart du går. Hur kan vi då känna vägen?"

Jesus sade till honom: 'Jag är vägen, sanningen och livet. Ingen kommer till Fadern utom genom mig.'⁵

Frälsaren lärde sina lärjungar att han är "vägen, sanningen och livet". Han är svaret på frågan om hur vi kommer till vår himmelske Fader. Hur man får ett vittnesbörd om hans gudomliga roll i våra liv är något jag lärde mig som ung man.

När jag verkade som missionär i Argentina uppmanade president Howard W. Hunter oss att göra något som fick stor inverkan på mitt liv. Han sa: "Vi måste lära känna Kristus bättre än vi gör, vi måste ha honom mer i åtanke, vi måste tjäna honom modigare än vi gör."⁶

Vid den tidpunkten hade jag oroat mig för hur jag kunde bli en bättre missionär. Det här var svaret: att lära känna

Kristus, att minnas honom och att tjäna honom. Missionärer överallt i världen står enade i detta syfte: "Att inbjuda andra att komma till Kristus genom att hjälpa dem ta emot det återställda evangeliet genom att tro på [honom] och hans försoning" och genom att "omvända sig, döpas, ta emot den Helige Andens gåva och att hålla ut intill slutet."⁷ Till våra vänner som lyssnar på missionärerna: Också jag inbjuder er att komma till Kristus. Tillsammans ska vi sträva efter att lära känna honom, minnas honom och tjäna honom.

Min missionstjänst var en helig tid i mitt liv. Under min sista intervju med president Blair Pincock som heltidsmissionär, pratade han om det kommande skiftet av missionsledare, i och med att han och hans hustru också närmade sig slutet av sin verksamhet. Vi var båda ledsna över att behöva lämna något vi älskade så mycket. Han såg att tanken på att inte vara heltidsmissionär bekymrade mig. Han var en man med stor tro och undervisade mig lika kärleksfullt som han gjort de föregående två åren. Han pekade på en bild av Jesus Kristus ovanför sitt skrivbord och sa: "Äldste Olsen, det kommer att gå bra eftersom det är hans verk." Jag kände mig förvissad med vetskapen om att Frälsaren hjälper oss, inte bara på missionsfältet utan alltid – om vi låter honom göra det.

Syster Pincock undervisade oss ur djupet av sitt hjärta på mycket enkel spanska. När hon sa: "Jesucristo vive", visste jag att det var sant och att han levde. När hon sa: "Elderes y hermanas, les amo", visste jag att hon älskade oss och ville att vi alltid skulle följa Frälsaren.

Min hustru och jag hade nyligen förmånen att få verka som missionsledare tillsammans med de enastående missionärerna i Uruguay. Jag vill

påstå att de var de bästa missionärerna i världen, och jag är säker på att alla missionsledare känner så. Dessa lärjungar undervisade oss varje dag om att följa Frälsaren.

Under de regelbundna intervjuerna kom en av våra fina systemmissionärer in på kontoret. Hon var en framgångsrik missionär, en utomordentlig tränare och hängiven ledare. Hennes kamrater såg upp till henne och människor älskade henne. Hon var lydig, ödmjuk och trygg. Våra tidigare samtal hade handlat om hennes område och personerna hon undervisade. Det här samtalet blev annorlunda. När jag frågade henne hur det gick, märkte jag att hon var bekymrad. Hon sa: "President Olsen, jag vet inte om jag klarar av det här. Jag vet inte om jag någonsin kommer att duga. Jag vet inte om jag kan vara den missionär som Herren behöver."

Hon var en fantastisk missionär. Enastående på alla sätt. En missionspresidents dröm. Jag hade aldrig oroat mig för hennes förmågor som missionär.

Medan jag lyssnade på henne försökte jag komma på vad jag skulle säga. Tyst bad jag: "Himmelske Fader, det här är en enastående missionär. Hon är din. Hon gör allt rätt. Jag vill inte röra till det här. Snälla, hjälp mig veta vad jag ska säga."

Orden kom till mig. Jag sa: "*Hermana*, jag är så ledsen att du känner så här. Får jag fråga dig en sak? Om du hade en vän som du undervisade som kände så här, vad skulle du säga då?"

Hon såg på mig och log. Med den där omisskännliga missionärsandan och övertygelsen sa hon: "President Olsen, det är lätt. Jag skulle tala om för henne att Frälsaren känner henne fullständigt. Jag skulle tala om för henne att han lever. Han älskar dig. Du duger och du klarar det här!"

Hon fnissade lite och sa: "Jag antar att om detta gäller våra vänner, så gäller det också mig."

När vi har frågor eller tvivel kan det kännas som om lösningarna är alltför komplexa och att det är alltför förvirrande att finna svar. Må vi då minnas att motståndaren, alla lögners fader, är den som skapar förvirring.⁸

Frälsaren är enkelhetens Mästare.

President Nelson har sagt:

"Motståndaren är listig. I tusentals år har han fått gott att se ont ut och ont att se gott ut. Hans budskap brukar vara högljudda, djärva och skrytsamma.

Men budskap från vår himmelske Fader är slående annorlunda. Han kommunicerar enkelt, stilla och med sådan förbluffande tydlighet att vi inte kan missförstå honom."⁹

Vad tacksamma vi är att Gud älskade oss så mycket att han sände sin Son. Han är svaret.

President Nelson sa nyligen:

"Jesu Kristi evangelium har aldrig behövts mer än vad det behövs i dag. ... Det här understryker det

trängande behovet som finns: att vi följer Herrens befallning till sina lärjungar att 'gå ut i *hela* världen och förkunna evangeliet för *hela* skapelsen'."¹⁰

Till dem som väljer att gå på mission: Jag kan intyga att välsignelser kommer när ni hörsammar en profets kallelse. En mission handlar inte om er själva; den handlar om Frälsaren. Ni blir kallade till en plats, men viktigare är att ni blir kallade till ett folk. Ni får det stora ansvaret och privilegiet att hjälpa nya vänner förstå att svaret är Jesus.

Detta är Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, och det är här vi hör hemma. Allting som president Nelson kärleksfullt uppmuntrar oss att göra leder oss närmare Frälsaren.

Till våra storartade ungdomar – min brorson Nash medräknad – under ert liv, oavsett hur svåra eller förvirrande utmaningarna kanske blir, kan ni alltid komma ihåg att svaret är enkelt: det är alltid Jesus.

Liksom jag hört de som vi inröstar som profeter, siare och uppenbarare

säga vid många tillfällen, säger jag också att vi älskar er, vi tackar er och vi behöver er. Det är här ni hör hemma.

Jag älskar Frälsaren. Jag vittnar om hans namn: Jesus Kristus. Jag vittnar om att han är "trons upphovsman och fullkomnare"¹¹, och han är enkelhetens Mästare. Svaret är Jesus. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Johannes 15:14.
2. Henry B. Eyring, "Förenade hjärtan", *Liahona*, maj 2005, s. 77.
3. Se 1 Samuelsboken 16:7; Apostlagärningarna 10:34–35; Läran och förbunden 1:34–35.
4. Russell M. Nelson, i "Världsomfattande andakt för ungdomar: Budskap från president Russell M. Nelson och syster Wendy W. Nelson", 3 juni 2018, JesuKristiKyrka.org
5. Johannes 14:5–6.
6. Howard W. Hunter, "Vad slags män bören I då icke vara?" *Nordstjärnan*, juli 1994, s. 62.
7. *Predika mitt evangelium: Vägledning för missionärer* (2004), s. 1.
8. Se 1 Korintierbrevet 14:33; Jakobs brev 3:16; Läran och förbunden 123:7; 132:8.
9. Russell M. Nelson, "Hör honom", *Liahona*, maj 2020, s. 89.
10. Russell M. Nelson, "Predika fredens och fridens evangelium", *Liahona*, maj 2022, s. 6.
11. Hebreerbrevet 12:2.





Äldste Jonathan S. Schmitt
i de sjuttios kворum

Att de känner dig

(Johannes 17:3)

Min uppriktiga önskan är att ni må lära känna Jesus genom hans många namn och att ni må bli lika honom.

För några år sedan var jag med om något livsomvälvande under ett sakramentsmöte i vår hemförsamling i Arizona. När sakramentsbönen kom till vår villighet att "ta på [oss Jesu Kristi] namn"¹, påminde den Helige Anden mig om att Jesus har många namn. Den här frågan kom då till mig: Vilket av Jesu namn bör jag ta på mig den här veckan?

Jag kom att tänka på tre namn och skrev ner dem. Vart och ett av dessa tre namn innehöll kristuslika egenskaper som jag ville utveckla mer. Under veckan som följde fokuserade jag på dessa tre namn och försökte

anamma deras respektive egenskaper och karaktärsdrag. Sedan dess har jag fortsatt att ställa den frågan som en del av min personliga gudsdyrkan: Vilket av Jesu namn bör jag ta på mig den här veckan? Att besvara den frågan och försöka utveckla de tillhörande kristuslika egenskaperna har varit till välsignelse för mig.

I sin stora förbön gav Jesus uttryck för denna viktiga sanning: "Och detta är det eviga livet: att *de känner dig*, den ende sanne Guden, och den som du har sänt, Jesus Kristus."² I dag vill jag berätta om de välsignelser och den kraft som kommer av

att känna Jesus Kristus genom hans många namn.

Ett enkelt sätt att lära känna någon på är genom att lära sig dennes namn. Det sägs att "en persons namn är för den personen det ljuvaste och viktigaste ljudet på alla språk"³. Har du någonsin varit med om att säga fel namn till någon eller glömma någons namn? Min fru Alexis och jag har ibland kallat något av våra barn för "Lola". Men, som du kanske har gissat är Lola vår hund! När du glömmer någons namn signalerar det till den personen – på gott och ont – att du förmodligen inte känner den så väl.

Jesus kände och kallade människor vid namn. Herren sa till det forntida Israel: "Var inte rädd, för jag har återlöst dig, *jag har kallat dig vid namn*, du är min."⁴ På påskdagen befästes Marias vittnesbörd om den uppståndne Kristus när Jesus kallade henne vid namn.⁵ På samma sätt nämnde Gud Joseph Smith vid namn som svar på hans tros bön.⁶

I vissa fall gav Jesus sina lärjungar nya namn som vittnade om deras natur, förmåga och potential. Jehova gav Jakob det nya namnet Israel vilket betyder "en som råder med Gud" eller "låter Gud råda".⁷ Jesus gav Jakob och Johannes namnet Boanerges, vilket betyder "Åskans söner".⁸ När Jesus såg Simons framtida ledarskap gav han honom namnet Kefas eller Petrus, vilket betyder klippa.⁹

Precis som Jesus känner var och en av oss vid namn, kan vi lära känna Jesus bättre genom att lära oss hans många namn. Liksom Israels och Petrus namn, är många av Jesu namn titlar, som hjälper oss att förstå hans mission, syfte, karaktär och egenskaper. När vi lär känna Jesu många namn får vi en bättre förståelse för hans gudomliga mission och hans



osjälviska person. Att känna till hans många namn inspirerar oss även till att bli mer som han – att utveckla kristuslika egenskaper som ger våra liv lycka och mening.

För några år sedan studerade president Russell M. Nelson alla skriftställen som handlade om Jesus Kristus i Handledning för skriftstudier.¹⁰ Han uppmanade sedan unga vuxna att studera samma skriftställen. Angående Jesu många namn sa president Nelson: "Studera allt som Jesus Kristus *är* genom att under bön ivrigt söka att förstå vad alla hans olika titlar och namn betyder för *just dig*."¹¹

Jag följde president Nelsons uppmaning och började utveckla min egen lista med Jesu många namn. Min personliga lista har nu över 300 namn och jag är säker på att det finns många fler som jag ännu inte upptäckt.

Några av Jesu namn är förbehållna endast honom,¹² men jag skulle vilja dela med mig av fem namn och titlar som kan tillämpas på var och en av oss. Jag uppmanar er att göra er egen lista när ni börjar lära känna Jesus genom hans många namn. När ni gör det kommer ni att upptäcka att det finns fler namn – med deras åtföljande kristuslika egenskaper – som ni vill ta på er som Jesu förbundslärjungar.¹³

För det första är Jesus den **gode herden**.¹⁴ Som sådan känner Jesus sina får,¹⁵ "nämner dem vid namn"¹⁶, och, som Guds Lamm, gav han sitt liv för sina får.¹⁷ På samma sätt vill Jesus att vi ska vara goda herdar, särskilt i våra familjer och som stödbroder och stödsystrar. Ett sätt vi kan visa vår kärlek till Jesus på är genom att vara en herde för hans får.¹⁸ Vad gäller de får som kanske går vilse, beger sig goda herdar ut i öknen för att hitta de förlorade fåren och stannar sedan kvar



Chile.

hos dem tills de är i säkerhet igen.¹⁹ Som goda herdar, och där lokala omständigheter tillåter, bör vi försöka ägna mer tid åt att tjäna människor i deras hem. I vårt tjänande bör textmeddelanden och teknik användas för att förstärka, inte ersätta, personlig kontakt.²⁰

För det andra är Jesus **överstepräst för det goda som ska komma**.²¹ Jesus visste att hans korsfästelse bara var några timmar bort när han sa: "Detta har jag sagt er för att ni ska ha frid i mig. I världen får ni lida, men var frimodiga: jag har övervunnit världen."²² I dag, när vår värld ständigt är polariserad och uppdelad finns det ett stort behov för oss att predika och utöva positivitet, optimism och hopp. Trots prövningar i vårt förflutna leder tron oss alltid till framtiden,²³ fylld av hopp, så att vi kan uppfylla Jesu uppmaning att vara vid gott mod.²⁴ Att med glädje efterleva evangeliet hjälper oss att bli *lärjungar för det goda som ska komma*.

En annan av Jesu titlar är att han är **densamme i går, i dag och i evighet**.²⁵ Att vara konsekvent är en kristuslik egenskap. Jesus gjorde alltid sin Faders vilja,²⁶ och hans arm är ständigt utsträckt för att rädda,

hjälpa och hela oss.²⁷ När vi är mer konsekventa i att efterleva evangeliet blir vi mer som Jesus.²⁸ Trots att världen kommer att pendla fram och tillbaka mellan populärt och impopulärt medan människor kastas hit och dit och dras med av varje vindkast i läran,²⁹ hjälper en konsekvent efterlevnad av evangeliet oss att vara ståndaktiga och orubbliga i livets stormar.³⁰ Vi kan också visa att vi är konsekventa genom att acceptera president Nelsons uppmaning att "ta [oss] tid för Herren"³¹. Stor andlig styrka kommer från små och enkla medel³² som att utveckla "heliga vanor och rättfärdiga rutiner"³³ av daglig bön, omvändelse, skriftstudier och tjänande av andra.

För det fjärde är Jesus **Israels Helige**.³⁴ Jesu liv var ett föredöme i helighet. När vi följer Jesus kan vi bli heliga i Israel.³⁵ Vår helighet ökar när vi besöker templet regelbundet, där "Helgat åt Herren" står inristat ovanför varje dörröppning. Varje gång vi tillber i templet går vi därifrån begåvade med större kraft att göra våra hem till heliga platser.³⁶ Om någon av er för närvarande inte har en rekommendation till det heliga templet uppmanar jag er att prata

med er biskop och förbereda er för att komma in i eller återvända till denna heliga plats. Tid i templet ökar heligheten i våra liv.

Ett sista namn på Jesus är att han är **Trofast och Sann**³⁷. Precis som Jesus var ständigt trofast och alltid sann, är hans uppriktiga önskan att vi visar dessa egenskaper i våra liv. När vår tro vacklar kan vi ropa till Jesus: "Herre, rädda mig!" precis som Petrus när han började sjunka i den stormiga Galileiska sjön.³⁸ Den dagen sträckte Jesus sig ner för att rädda den drunknande lärjungen. Han har gjort detsamma för mig, och han kommer att göra detsamma för dig. Ge aldrig upp hoppet om Jesus – han kommer aldrig att ge upp hoppet om dig!

När vi är trofasta och sanna följer vi Jesu uppmaning: "Förbli i mig", vilket också kan betyda "stanna kvar hos mig".³⁹ När vi konfronteras av frågor, när vi förlöjligas för vår tro, när hånfulla fingrar pekats mot oss av människor i världens stora och rymliga byggnader, förblir vi trofasta och sanna. I dessa stunder minns vi Jesu vädjan: "Vänd er till mig i varje tanke, tvivla inte, frukta inte."⁴⁰ När vi gör det ger han oss behövlig tro, hopp och styrka att stanna hos honom för evigt.⁴¹

Kära bröder och systrar, Jesus vill att vi ska känna honom, för hans är det enda namnet under himlen varigenom vi kan bli frälsta.⁴² Jesus är vägen, sanningen och livet – ingen

kan återvända till Fadern utom genom honom.⁴³ Jesus är den enda vägen! Därför ber Jesus: "Kom till mig"⁴⁴, "Följ mig"⁴⁵, "Vandra med mig"⁴⁶, och "Lär av mig"⁴⁷.

Jag vittnar av hela mitt hjärta om Jesus Kristus – att han lever, att han älskar dig och att han vet vad du heter. Han är Guds Son,⁴⁸ Faderns Enfödde.⁴⁹ Han är vår klippa, vår tillflykt, vår sköld, vårt värn och vår räddare.⁵⁰ Han är ljuset som lyser i mörkret.⁵¹ Han är vår Frälsare⁵² och vår Återlösare⁵³. Han är uppståndelsen och livet.⁵⁴ Min uppriktiga önskan är att ni må lära känna Jesus genom hans många namn och att ni må bli lika honom när ni visar exempel på hans gudomliga egenskaper i era liv. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Låran och förbunden 20:77.
2. Johannes 17:3; betoning tillagd. Angående den här bönen lärde president David O. McKay: "Den här texten är tagen från en av de härligaste bönerna – jag antar att det är den största bönen – som någonsin yttrats i den här världen, undantagen Herrens bön. Det här var Kristi bön som yttrades precis innan han gick in i Getsemane, samma kväll som han blev förrädd ... Jag känner inte till något viktigare kapitel i Bibeln" (Conference Report, okt. 1967, s. 5).
3. Dale Carnegie, *How to Win Friends and Influence People*, rev. utg. (1981), s. 83.
4. Jesaja 43:1; betoning tillagd.
5. Se Johannes 20:16.
6. Se Joseph Smith – Historien 1:17.
7. Bible Dictionary, "Israel".
8. Markus 3:17.
9. Se Lukas 6:14; Johannes 1:42.
10. Se Russell M. Nelson, "I Studied More Than 2,200 Scriptures about the Savior in Six Weeks: Here Is a Little of What I Learned", *Inspiration* (blogginlägg), 28 feb. 2017, ChurchofJesusChrist.org. Efter denna upplevelse utropade president Nelson: "Jag är en ny människa!" ("Föra in Jesu Kristi kraft i våra liv", *Liahona*, maj 2017, s. 39).
11. Russell M. Nelson, "Profeter, ledarskap och gudomlig lag" (världsomfattande andakt för unga vuxna, 8 jan. 2017), broadcasts. ChurchofJesusChrist.org.
12. Till exempel är Jesus Messias, Kristus, den store Jehova, den förstfödde från de döda



Ecuador.



Tyskland.

- och Guds enfödde Son.
13. Utöver president Nelsons uppmaning att studera de skriftställen som handlar om Jesus i Handledning för skriftstudier kan du även studera Jesu många namn med hjälp av Bible Dictionary under "Christ, names of". Du kan också studera äldste Jeffrey R. Hollands bok *Witness for His Names* (2019) och ett tal av äldste Ronald A. Rasband som heter "Name above All Names" (andakt på Brigham Young University–Hawaii, 20 okt. 2020), speeches.byuh.edu.
 14. Se Johannes 10:11.
 15. Se Johannes 10:14.
 16. Johannes 10:3.
 17. Se Johannes 10:11–15; 1 Nephi 11:31–33.
 18. Se Johannes 21:15–17.
 19. Jag tycker särskilt om Joseph Smiths engelska översättning av Lukas 15:4 [i kyrkans utgåva av Bibeln på engelska] som lyder: "Om någon av er har hundra får och förlorar ett av dem, lämnar han då inte de nittionio och går ut i öknen och går ut efter det förlorade tills han finner det?" (i Luke 15:4, fotnot a, betoning tillagd).
 20. Som äldste David A. Bednar sa: "Alla tror att ett sms räcker [i stödverksamheten]. Det finns tillfällen när man måste vara i hemmet och se människorna i ögonen, eftersom man får intryck och inspiration i hemmet som man aldrig får på något annat sätt" ("En kväll med äldste David A. Bednar", [utsändning för religiösa utbildare], 7 feb. 2020, broadcasts.ChurchofJesusChrist.org).
 21. Se Hebreerbrevet 9:11.
 22. Johannes 16:33.
 23. Se Jeffrey R. Holland, "Remember Lot's Wife": Faith Is for the Future" (andakt vid Brigham Young University, 13 jan. 2009), s. 2, speeches.byu.edu. "Tro pekar alltid mot framtiden. Tro har alltid att göra med välsignelser, sanningar och händelser som ännu kommer att inverka på våra liv."
 24. Se Matteus 9:2; Markus 6:50; Johannes 16:33; 3 Nephi 1:13; Läran och förbunden 61:36.
 25. Se Hebreerbrevet 13:8; se även Bible Dictionary: "Christ, names of".
 26. Se Johannes 8:29.
 27. Se Alma 5:33; 19:36; 3 Nephi 9:14.
 28. Se exempelvis David A. Bednar, "Flitigare och mer omtänksamma hemma", *Liahona*, nov. 2009, s. 20: "Konsekvens är en nyckelprincip när vi lägger grundvalen till ett stort verk i vårt eget liv ... Vi måste vara och bli mer konsekventa."
 29. Se Efesierbrevet 4:14.
 30. Se Mosiah 5:15.
 31. Russell M. Nelson, "Ta dig tid för Herren", *Liahona*, nov. 2021, s. 120.
 32. Se Alma 37:6.
 33. Det här är ett uttryck som president Dallin H. Oaks har upprepat flera gånger under sin verksamhet. Se till exempel "YSA Face to Face [Personligt] med äldste Oaks och äldste Ballard" (utsändning för unga ensamstående vuxna, 19 nov. 2017), ChurchofJesusChrist.org.
 34. Se 2 Nephi 9:18–19, 41.
 35. I en världsomfattande andakt för unga vuxna nyligen ställde syster Wendy Nelson en fråga som hon sa kunde förändra liv, öka självförtroende och minska ångest, motivera, öka tacksamhet och minska stress, ge hjälp att motstå frestelse och medföra lycka, trygghet, kärlek och frid. Frågan var: "Vad skulle en helig ung vuxen göra?" Hon uppmuntrade sedan till tillämpning av den här frågan på bara en situation varje dag, tre dagar i följd. Se "En fråga som kan förändra ditt liv" (världsomfattande andakt för unga vuxna, 15 maj 2022), broadcasts.ChurchofJesusChrist.org.
 36. Se Läran och förbunden 109:12–13, 22.
 37. Se Uppenbarelseboken 19:11.
 38. Matteus 14:30.
 39. Johannes 15:4. Det grekiska ordet för *förbli* är μένω (meinate eller menó), vilket betyder att stanna eller förbli.
 40. Läran och förbunden 6:36.
 41. Äldste Jeffrey R. Holland observerade en gång att de engelska orden "abide in me" översatts till "permaneced en mi" på spanska. Han fortsatte: "Så detta betyder verkligen 'stanna – men stanna för alltid' ... Kom för alltid, för er egen skull och för alla de generationer som kommer efter er, och vi kan hjälpa varandra att hålla ut ända till änden" ("Förbli i mig", *Liahona*, maj 2004, s. 32).
 42. Se 2 Nephi 31:21.
 43. Se Johannes 14:6.
 44. Matteus 11:28; 3 Nephi 9:14, 22.
 45. Matteus 16:24; Lukas 18:22; Johannes 21:19; se även 2 Nephi 31:10.
 46. Uppenbarelseboken 3:4; Mose 6:34.
 47. Matteus 11:29; Läran och förbunden 19:23.
 48. Se 3 Nephi 9:15.
 49. Se Johannes 1:14; Alma 5:48.
 50. Se 2 Samuelsboken 22:2–3.
 51. Se Läran och förbunden 6:21.
 52. Se Lukas 2:11.
 53. Se Läran och förbunden 18:11–13.
 54. Se Johannes 11:25.



Äldste Mark D. Eddy
i de sjuttios kvorum

Ordets kraft

Det finns kraft i forna och nutida profeters ord just för att deras ord är Herrens ord.

I Mormons bok läser vi i ett omtyckt skriftställe om ett viktigt beslut som fattades av profeten Alma. Innan vi går igenom dessa välbekanta ord ber jag er att begrunda de svåra omständigheter som det beslutet fattades under.

En grupp människor som kallade sig för zoramiter hade skilt sig från nephiterna¹ och samlats vid gränsen till landet nära lamaniterna.² Nephiterna hade nyligen besegrat lamaniterna i ett slag utan motstycke där tiotusentals dödades,³ och de var "mycket rädda för att zoramiterna skulle upprätta förbindelser med lamaniterna och att detta skulle kunna orsaka stora förluster".⁴ Förutom oron över krig fick Alma veta att zoramiterna, som "hade ... fått Guds ord predikat för sig"⁵, hade vänt sig till avgudadyrkan och "förvrängde Herrens vägar"⁶. Allt detta tyngde Alma och "förorsakade [honom] stor sorg".⁷

I dessa svåra och prövande omständigheter grubblade Alma över vad som borde göras. I hans beslut läser vi ord som bevarats för att inspirera och undervisa oss när vi tar oss igenom vår tids svåra och prövande omständigheter.⁸

"Och eftersom ordets predikan hade en stark benägenhet att leda folket till att göra det som var rätt – ja, det hade gjort ett mäktigare intryck på människornas sinnen än svärdet

eller något annat som hade hänt dem – tänkte Alma att det skulle vara lämpligt att de *prövade Guds ords kraft*."⁹

Där det fanns många tänkbara lösningar ledde Almas tro dem till att förtrösta på ordets kraft. Det är inget sammanträffande att några av de mest kraftfulla predikningarna i skrifterna följde direkt på detta beslut. I Alma kapitel 32 och 33 läser vi hans mästerliga predikan om tro på Herren Jesus Kristus, och i kapitel 34 finner vi Amuleks betydelsefulla undervisning om Jesu Kristi försoning.

Exempel på ordets kraft

I själva verket läser vi i alla skrifter om mirakulösa välsignelser som har utgjutits över dem som har valt att pröva Guds ords kraft i sina liv.¹⁰ Jag ber er att begrunda tre exempel med mig när vi nu riktar vår uppmärksamhet på Mormons bok – en bok som president Russell M. Nelson beskrev som "vår överlevnadshandbok för *den sista tiden*"¹¹.

För det första påminde Alma sitt folk om hur Herren återlöstes deras fäder när han lärde: "Se, han förändrade deras hjärtan, ja, han väckte upp dem ur en djup sömn, och de vaknade för Gud. Se, de var mitt i mörkret, men ändå *upplystes deras själar av det eviga ordets ljus*."¹² Du

kanske känner det som att du är mitt i mörkret. Längtar din själ efter att bli upplyst? Om den gör det, pröva Guds ords kraft.

För det andra begrundade Ammon hur Herren omvände lamaniterna, vilket han fått bevittna som missionär, och sa: "Se, hur många tusen av våra bröder har han inte löst från helvetets kval. Och det har fått dem att besjunga den återlösande kärleken, och *detta tack vare hans ords kraft som är i oss*."¹³ Bröder och systrar, det är så många av oss som önskar att någon vi älskar ska komma att besjunga den återlösande kärleken. Låt oss i alla våra ansträngningar komma ihåg att pröva Guds ords kraft, som är i oss.

För det tredje läser vi i Helamans bok: "Ja, vi ser att alla som *vill* kan hålla fast vid *Guds ord, som är levande och kraftfullt* och som ska slå sönder alla djävulens lister och snaror och ränker och leda Kristi efterföljare in på en trång och smal väg över eländets eviga avgrund ... och föra deras själar ... till Guds högra sida i himmlandet."¹⁴ Vill du bryta igenom djävulens alla lister och snaror och ränker som är så rådande i vår tids filosofier? Önskar du skingra förvirringens moln orsakade av ett överflöd av information för att kunna ha ett mer riktat fokus på förbundsstigen? Jag ber dig att pröva Guds ords kraft.

Jag kan som en som har förändrats av kraften i ordet personligen vittna om den här sanningen som undervisas så vackert av vår älskade profet, president Russell M. Nelson: "För mig är kraften i Mormons bok tydligast i den mäktiga förändring hos dem som läser den 'med ett uppriktigt hjärta, med ärligt uppsåt och med tro på Kristus'. Många nyomvända försakar mycket som de en gång höll kärt för att kunna följa befallningarna i den

boken ... Den kommer att vara ert mest effektiva verktyg i att föra själar till Jesus Kristus.”¹⁵

Källan till kraften

I dessa och andra exempel ser vi Guds ords kraft i hans barns liv. Och vi kanske undrar: Vad är källan till den kraften?

När vi begrundar den här frågan är det viktigt att komma ihåg att uttrycket ”ordet”, som det används i skrifterna, har åtminstone två betydelser. Äldste David A. Bednar lärde oss nyligen att ”ett av namnen på Jesus Kristus [är] ’Ordet’”, och att ”Frälsarens lärdomar, såsom de nedtecknats i de heliga skrifterna, också [är] ’ordet’”¹⁶.

Profeten Nephi åskådliggjorde relationen mellan dessa två betydelser när han skrev: ”Hörsamma dessa ord och tro på Kristus. Och om ni inte tror på dessa ord så tro på Kristus. Och om ni tror på Kristus *kommer* ni att tro på dessa ord, för de är Kristi ord, och han har gett dem till mig.”¹⁷ Alltså lär vi oss att det finns kraft i de dåtida och nutida profeternas ord *just för att* deras ord är Herrens ord.¹⁸ Mina kära vänner, det är avgörande för vår andliga överlevnad i de sista dagarna¹⁹ att vi accepterar denna eviga sanning när, som det har profeterats, det är en ”hunger i landet – inte en hunger efter bröd, inte en törst efter vatten, utan efter att höra Herrens ord”²⁰.

Guds ords kraft *är* i slutändan Herren Jesus Kristus.²¹ När vi förstår detta mer fullständigt kan vi göra den evigt avgörande kopplingen mellan Återlösarens profeters roll och Återlösaren själv. Vår kärlek till honom, vår önskan att komma närmare honom och bli kvar i hans kärlek²² motiverar oss att pröva ordets kraft i våra liv – både kraften som flödar från honom som vår personlige Frälsare och Återlösare²³ och kraften som flödar från honom genom orden från ”Herrens utvalda redskap”²⁴. Vi kommer att kunna göra bedömningen att även om andra källor kan hjälpa oss i våra studier av Frälsaren och av hans profeters ord, så får de aldrig ersätta



dem. Vi måste ösa mycket och ofta²⁵ direkt ur källan²⁶.

Jag uttrycker min kärlek till var och en av er, mina bröder och systrar. Med den kärleken vädjar jag till er att uppleva Guds ords kraft, särskilt genom Mormons bok, varje dag i livet. När du gör det får du uppleva det här profetiska löftet från president Russell M. Nelson: "Jag lovar att när ni under bön studerar Mormons bok *varje dag* fattar ni bättre beslut – *varje dag*. Jag lovar att när ni begrundar det ni studerar, ska himlens fönster öppnas, och ni ska få svar på era egna frågor och få vägledning i era egna liv. Jag lovar att när ni dagligen fördjupar er i Mormons bok, så ska ni få skydd mot dagens ondska."²⁷

Jag vittnar om att vår himmelske Fader har gett oss ordet eftersom han älskar oss fullkomligt och vill att var

och en av oss ska återvända hem och bo hos honom för evigt. Jag vittnar om att "Ordet blev kött",²⁸ nämligen Jesus Kristus, och om hans kraft att frälsa och återlösa oss. Jag vet att hans kraft flödar genom hans profeters ord, både dåtida och nutida.

Det är mitt hjärtas bön att vi må ha visdomen och ödmjukheten att hålla fast²⁹ vid Guds ord och stanna kvar på förbundsstigen som leder till upphöjelse och evigt liv³⁰. Må vi fortsätta att uppleva den mäktiga förändring som vi alla har tillgång till genom ordets kraft.³¹ I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Alma 30:59.
2. Se Alma 31:3.
3. Se Alma 28:2.
4. Alma 31:4. Observera att Alma och hans folk tidigare hade upplevt sådana "förbindelser" mellan amliciterna och lamaniterna, vilket ledde till stor sorg och

förlust (se Alma 2:21–38; 3:1–3).

5. Alma 31:8.
6. Alma 31:1.
7. Alma 31:2.
8. Se Mormon 8:34–35.
9. Alma 31:5; betoning tillagd.
10. Se till exempel 1 Nephi 15:24; Alma 32:41–43; 36:26; 37:8, 44–45.
11. Russell M. Nelson, "Välkomna framtiden med tro", *Liahona*, nov. 2020, s. 75.
12. Alma 5:7; betoning tillagd.
13. Alma 26:13; betoning tillagd.
14. Helaman 3:29–30; betoning tillagd.
15. Russell M. Nelson, "The Book of Mormon: A Miraculous Miracle" (tal vid seminarium för nya missionsledare, 23 juni 2016), delvis citat ur Moroni 10:4.
16. David A. Bednar, "Men vi gav inte akt på dem", *Liahona*, maj 2022, s. 16.
17. 2 Nephi 33:10; betoning tillagd.
18. Se Läraren och förbunden 1:38.
19. Se Läraren och förbunden 1:14–18.
20. Amos 8:11.
21. Se Alma 34:6.
22. Se Johannes 15:10.
23. Se Markus 5:25–34.
24. Moroni 7:31.
25. "Det finns ett bättre sätt att förbereda sig, eftersom stor tro är färskvara. Vi kan besluta oss för att fortsätta att studera Kristi ord i skrifterna och de levande profeternas undervisning. Det är vad jag kommer att göra. Jag kommer att gå tillbaka till Mormons bok och ösa ur dess källa mycket och ofta" (Henry B. Eyring, "Andlig förberedelse: Börja tidigt och var ihärdig", *Liahona*, nov. 2005, s. 39).
26. "För mig innebär inte skriftstudierna något slags vetenskaplig verksamhet. Det är snarare en kärleksangelägenhet med Herrens och hans profeters ord ... Jag ägnar mig inte så mycket åt att läsa kommentarer, som vill förklara det som står i skrifterna. Jag går hellre direkt på källan och dricker av det rena källvattnet – Guds sanna ord, så som han gav oss det, och som det har upptecknats i de böcker vi kallar skrifterna. Genom att läsa skrifterna kan vi få Andens förvisning om att det som vi läser har kommit från Gud till upplysning, välsignelse och glädje för hans barn" (Gordon B. Hinckley, "Glädjen eder i Kristi ord", *Nordstjärnan*, juli 1986, s. 2, 4).
27. Russell M. Nelson, "Mormons bok: Hur skulle ditt liv vara utan den?" *Liahona*, nov. 2017, s. 62.
28. Johannes 1:14.
29. Se 1 Nephi 8:30.
30. "Förbundsstigen är den *enda* stig som leder till upphöjelse och evigt liv" (Russell M. Nelson, "Styrkan i andligt momentum", *Liahona*, maj 2022, s. 98).
31. Se Alma 5:11–13.



Jamaica.



Äldste Gary E. Stevenson
i de tolv apostlarnas kворum

Vårda och bär ditt vittnesbörd

Jag vill be er att söka tillfällen att bära ert vittnesbörd i ord och handling.

Inledning

Avgörande ögonblick i livet kommer ofta och oväntat, till och med när man fortfarande är ung. Låt mig berätta om Kevin, en high school-elev som blev utvald till att resa utanför delstaten och vara med på ett event för elevledare, och jag berättar med hans egna ord.

”Min tur i kön kom och den formellt klädda registreringshandläggaren bad om mitt namn. Hon tittade på sin lista och sa: ’Så du är den unge mannen från Utah.’

’Menar du att jag är den enda?’ frågade jag.

’Ja, den enda.’ Hon gav mig min namnbricka med ’Utah’ textat under mitt namn. När jag satte på mig den kändes det som om jag blev stämplad.

Jag trängde in mig i hotellets hiss med fem andra high school-elever med namnskyltar som min. ’Jaså, du är från Utah. Är du mormon?’ frågade en elev.

Jag kände mig malplacerad bland alla dessa elevledare från hela landet. ’Ja’, svarade jag avvaktande.

’Ni är de där typerna som tror på Joseph Smith, som sa att han såg änglar. Du tror väl inte på det där på allvar?’

Jag visste inte vad jag skulle säga. Alla eleverna i hissen stirrade på mig. Jag hade precis kommit dit, och alla tyckte redan att jag var annorlunda. Jag blev lite defensiv men sedan sa jag: ’Jag vet att Joseph Smith var en Guds profet.’

Var kom det där ifrån? undrade jag. Jag visste inte att jag hade det i mig. Men orden kändes sanna.

’Ja, jag har hört att ni är religiösa knäppskallar allihop’, sa han.

Efter de orden uppstod en obekvämlig paus när hissdörrarna gled upp. Medan vi samlade ihop vårt bagage gick han skrattande nerför hallen.

Sedan frågade en röst bakom mig: ’Du, har inte mormonerna en annan slags Bibel?’

Åh nej. Inte nu igen. Jag vände mig och såg Christopher, ännu en elev som hade åkt i hissen med mig.

’Den heter Mormons bok’, sa jag och ville helst släppa ämnet. Jag lyfte upp mina väskor och började gå nerför korridoren.

’Är det den boken som Joseph Smith översatte?’ frågade han.

’Ja, det är det’, svarade jag. Jag fortsatte gå, i hopp om att undvika pinsamheter.

’Så, vet du var jag kan få tag i en?’

Ett skriftställe jag hade lärt mig i seminariet kom plötsligt till mig. ’Jag skäms inte för Jesu Kristi



Italien.



Madagaskar.

evangelium.¹ När den tanken kom skändes jag över att jag hade blivit så besvårad.

Under resten av veckan kunde jag inte sluta tänka på det skriftstället. Jag besvarade så många frågor om kyrkan jag kunde, och jag fick många vänner.

Jag upptäckte att jag var stolt över min religion.

Jag gav Christopher en Mormons bok. Han skrev senare till mig för att berätta att han hade bjudit hem missionärerna.

Jag lärde mig att inte bli generad över att bära mitt vittnesbörd.²

Jag blir inspirerad av Kevins mod att dela med sig av sitt vittnesbörd. Det är ett mod som uppvisas av trofasta medlemmar i kyrkan över hela världen varje dag. När jag nu delger mina tankar ber jag er att reflektera över dessa fyra frågor:

1. Vet jag och förstår jag vad ett vittnesbörd är?
2. Vet jag hur jag bär mitt vittnesbörd?
3. Vad är det som hindrar mig från att dela mitt vittnesbörd?
4. Hur behåller jag mitt vittnesbörd?

Vet jag och förstår jag vad ett vittnesbörd är?

Ditt vittnesbörd är en högst dyrbar ägodel som ofta förknippas med varma, andliga känslor. Dessa känslor förmedlas ofta stillsamt och beskrivs som en mild och stilla röst.³ Det är din övertygelse eller kunskap om sanningen, given som ett andligt vittnesbörd genom den Helige Andens inflytande. Att få detta vittnesbörd kan förändra vad du säger och hur du agerar. Viktiga delar av ditt vittnesbörd, bekräftade av den Helige Anden, innefattar följande:

- Gud är din himmelske Fader; du är hans barn. Han älskar dig.
- Jesus Kristus lever. Han är den levande Gudens Son och din Frälsare och Återlösare.
- Joseph Smith är en Guds profet som kallades att återupprätta Jesu Kristi kyrka.
- Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är Guds återställda kyrka på jorden.
- Jesu Kristi återupprättade kyrka leds genom en levande profet i dag.

Vet jag hur jag bär mitt vittnesbörd?

Du bär ditt vittnesbörd när du delar andliga känslor med andra. Som medlem i kyrkan har du tillfällen att bära vittnesbörd i ord vid formella möten i kyrkan eller i mindre formella samtal på tu man hand i familjen, med vänner och andra.

Du kan också dela ditt vittnesbörd genom ett rättfärdigt uppträdande. Ditt vittnesbörd om Jesus Kristus är inte bara det du säger – det visar vem du är.

Varje gång du muntligt bär ditt vittnesbörd eller i handling visar att du bestämt dig för att följa Jesus Kristus, inbjuder du andra att ”komma till Kristus”⁴.

Medlemmar i kyrkan står som vittnen om Gud alltid och i allting och överallt.⁵ Möjligheterna att göra detta i den digitala världen med hjälp av eget inspirerande innehåll eller delat innehåll som andra skapat, är oändliga. Vi vittnar när vi älskar, delar och inbjuder, till och med på nätet. Dina tweets, meddelanden och inlägg får ett högre, heligare syfte när du också använder sociala medier för att visa hur Jesu Kristi evangelium formar ditt liv.

Vad är det som hindrar mig från att dela mitt vittnesbörd?

En sak som hindrar dig från att dela ditt vittnesbörd kan vara att du är osäker på vad du ska säga. Matthew Cowley, en tidig apostel, delade med sig av denna upplevelse av att resa på en femårig mission vid 17 års ålder till Nya Zeeland:

”Jag glömmar aldrig min fars böner den dagen jag for. Jag har aldrig hört en vackrare välsignelse i hela mitt liv. Och sedan hans sista ord till mig på järnvägsstationen: ’Min pojke, du ger dig ut på den här

missionen; du kommer att studera, du kommer att förbereda dina predikningar och ibland när du ombeds göra något tror du att du är fantastiskt väl förberedd, men när du ställer dig upp blir du helt tom i huvudet.' Jag har haft den upplevelsen mer än en gång.

Jag frågade: 'Vad gör man när man blir helt tom i huvudet?'

Han svarade: 'Du står där och med glödande själ bär du vittnesbörd om att Joseph Smith var den levande Gudens profet, och tankarna kommer då att flöda till ditt sinne och orden till din mun ... till hjärtat hos var och en som lyssnar.' Så mitt huvud, som oftast var tomt på min ... mission, ... gav mig tillfälle att bära vittnesbörd om den största händelsen i världshistorien sedan Mästarens korsfästelse. Prova det någon gång, pojkar och flickor. Om ni inte har något annat att säga, vittna då om att Joseph Smith var Guds profet, så kommer hela kyrkans historia att flöda in i ditt sinne.'⁶

Likaså har president Dallin H. Oaks sagt: 'Vissa vittnesbörd är lättare att få när man ställer sig upp och bär dem än när man knäböjer och ber om dem.'⁷ Anden bär vittne till både talaren och åhöraren.

Ett annat hinder, som Kevins berättelse belyste, är rädsla. Som Paulus skrev till Timoteus:

"Gud har inte gett oss modlöshetens ande, utan kraftens [och] kärlekens ...

Skäms alltså inte för vittnesbördet om vår Herre."⁸

Känslor av rädsla kommer inte från Herren utan oftast från motståndaren. Genom att ha tro som Kevin kan du övervinna de här känslorna och fritt berätta vad du känner i hjärtat.

Hur behåller jag mitt vittnesbörd?

Jag tror att ett vittnesbörd finns medfött i oss, men för att behålla det och utveckla det mer fullständigt, lärde Alma att vi måste vårda vårt vittnesbörd med stor omsorg.⁹ När vi gör det "slår det rot och växer upp och bär frukt"¹⁰. Utan detta "vissnar det bort"¹¹.

Var och en av våra kära medlemmar i första presidentskapet har gett oss anvisningar om hur vi behåller våra vittnesbörd.

President Henry B. Eyring har kärleksfullt sagt: "Ni måste mätta er med Guds ord, be innerligt och jämt och ständigt lyda Herrens bud för att ert vittnesbörd ska växa och frodas."¹²

President Dallin H. Oaks har påmint oss om att vi, för att behålla vårt vittnesbörd, "behöver ... ta del av sakramentet varje vecka (se Läran och förbunden 59:9) för att vara berättigade det dyrbara löftet att vi 'alltid kan ha hans Ande hos [oss]' (Läran och förbunden 20:77)."¹³

Och president Russell M. Nelson gav oss en vänlig uppmaning nyligen:

"Ge [ditt vittnesbörd] sanning ...

Ge dig själv näring med forntida och nutida profeters ord. Be Herren lära dig hur du kan höra honom bättre. Spendera mer tid i templet och ägna mer tid åt släktforskning ...

[Ge] ditt vittnesbörd högsta prioritet."¹⁴

Avslutning

Mina älskade bröder och systrar, jag lovar att när ni mer fullständigt förstår vad ett vittnesbörd är, och hur ni delar det, kommer ni att övervinna hindren av osäkerhet och rädsla, så att ni kan vårda och behålla denna mest dyrbara ägodel, ert vittnesbörd.

Vi är välsignade med att ha otaliga exempel på forna och nutida profeter



Australien.

som djärvt har burit sina vittnesbörd.

Efter Kristi död stod Petrus och vittnade:

"Ni [ska] alla ... veta att han står ... framför er i kraft av Jesu Kristi nasa-réns namn. Ni korsfäste honom, men Gud har uppväckt honom från de döda ...

Under himlen finns inget annat namn som människor fått genom vilket vi blir frälsta."¹⁵

Efter Almas predikan om tro sa Amulek med kraft: "Nu vill jag själv vittna för er om att detta är sant. Se, jag säger er att jag vet att Kristus ska komma bland människobarnen för att ta på sig sitt folks överträdelser och att han ska sona världens synder, för Herren Gud har talat det."¹⁶

När Joseph Smith och Sidney Rigdon hade fått se en himmelsk syn av den uppståndne Frälsaren vittnade de:

"Och nu, efter de många vittnesbörd som har getts om honom är detta det allra sista vittnesbördet som vi ger om honom: Att han lever!

För vi såg honom, ja, på Guds högra sida, och vi hörde rösten vittna om att han är Faderns Enfödde."¹⁷

Bröder och systrar, jag vill inbjuda er att söka tillfällen att bära era vittnesbörd i ord och i handling. Ett sådant tillfälle fick jag nyligen i slutet av ett möte med borgmästaren i en stor stad i Sydamerika, på hans kontor tillsammans med ett antal av hans ämbetsmän. När vi avslutade under



Äldste Isaac K. Morrison
i de sjuttios kворum

mycket vänskapliga former tänkte jag försiktigt att jag borde bära mitt vittnesbörd. Jag följde maningen och vittnade om att Jesus Kristus är den levande Gudens Son och världens Frälsare. Allt förändrades i det ögonblicket. Anden i rummet gick inte att förneka. Alla verkade röra. "Hjälparen ... bär vittne om Fadern och Sonen."¹⁸ Jag är så tacksam att jag tog mod till mig och bar mitt vittnesbörd.

När ett sådant tillfälle kommer, ta det och använd det. Du kommer att känna värmen från Hjälparen inom dig när du gör det.

Jag bär mitt vittnesbörd för er – Gud är vår himmelske Fader, Jesus Kristus lever och Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är Guds kyrka på jorden i dag och leds genom vår käre profet president Russell M. Nelson. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Romarbrevet 1:16.
2. Personlig konversation och korrespondens med Kevin Mumford, sep. 2022; se även "How I Know: I'm Not Ashamed", *New Era*, jan. 1999, s. 26–27.
3. Se 1 Kungaboken 19:12.
4. Moroni 10:32.
5. Se Mosiah 18:9.
6. Se Matthew Cowley, i Joseph Fielding McConkie, *Here We Stand* (1995), s. 189.
7. Dallin H. Oaks, "Vittnesbörd", *Liahona*, maj 2008, s. 27.
8. 2 Timoteusbrevet 1:7–8.
9. Se Alma 32:37.
10. Alma 32:37.
11. Alma 32:38.
12. Henry B. Eyring, "Ett levande vittnesbörd", *Liahona*, maj 2011, s. 127–128.
13. Dallin H. Oaks, "Vittnesbörd", *Liahona*, maj 2008, s. 27.
14. Russell M. Nelson, "Val för evigheten" (världsomfattande andakt för unga vuxna, 15 maj 2022), broadcasts. ChurchofJesusChrist.org.
15. Apostlagärningarna 4:10, 12.
16. Alma 34:8.
17. Läran och förbunden 76:22–23.
18. Läran och förbunden 42:17.

Allt svårt förmår vi i honom

Vi utvecklas i vårt lärjungeskap när vi utövar tro på Herren i svåra tider.

Under sin jordiska verksamhet såg Frälsaren en man som var blind. Jesu lärjungar frågade: "Rabbi, vem har syndat så att han föddes blind?"

Frälsarens bestämda, kärleksfulla och uppriktiga svar försäkrar oss om att han är uppmärksam på våra svårigheter: "Det är varken han eller hans föräldrar som har syndat, utan det har hänt för att Guds verk skulle uppenbaras på honom."¹

Vissa provningar kan komma på grund av medveten olydnad, men vi vet att många av livets utmaningar kommer av andra orsaker. Oavsett källan till våra provningar så kan de vara ett gyllene tillfälle att utvecklas.

Vår familj har inte förskonats från livets motgångar. När jag växte upp beundrade jag stora familjer. Sådana familjer tilltalade mig, särskilt när jag fann kyrkan i tonåren genom min morbror Sarfo och hans hustru i Takoradi i Ghana.

När Hannah och jag gifte oss önskade vi att löftena i våra patriarkaliska välsignelser skulle uppfyllas, nämligen att vi skulle välsignas med många barn. Men innan vår tredje pojke föddes blev det medicinskt uppenbart att Hannah inte skulle kunna få fler barn. Även om Kenneth

föddes under livshotande omständigheter, både för honom och hans mor, anlände han tack och lov tryggt, och hans mor återhämtade sig. Han kunde börja delta i vårt familjeliv till fullo – vilket inkluderade att gå i kyrkan, dagliga familjeböner, skriftstudier, hemafton och sunda fritidsaktiviteter.

Även om vi behövde justera våra förväntningar på att få en stor familj, så gladdede det oss att få tillämpa lärdomarna från "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" på våra tre älskade barn. Att följa dessa lärdomar gav mening till min växande tro.

Som det står i tillkännagivandet: "Äktenskap mellan man och kvinna är en nödvändig del av hans eviga plan. Barn har rätt att födas inom äktenskapets ram, och att fostras av en far och en mor som ärar sina äktenskapslöften med fullständig trohet."² När vi omsatte dessa principer i praktiken blev vi välsignade.

Men en helg, när jag verkade som stavspresident, gick vi igenom den kanske svåraste provningen föräldrar kan utsättas för. Vår familj återvände från en aktivitet i kyrkan och samlades för att äta lunch. Våra tre pojkar gick ut på gårdsplanen för att leka.



Min hustru fick återkommande intryck att något var fel. Medan vi stod och diskade bad hon mig att titta till barnen. Jag kände att de var trygga eftersom vi hörde deras ivriga röster där de lekte.

När vi båda äntligen gick ut för att titta till dem, fann vi till vår förfäran att vår lille 18 månader gamla Kenneth låg hjälplös i en hink med vatten, något hans bröder inte hade sett. Vi förde honom snabbt till sjukhuset, men alla försök att återuppliva honom var förgäves.

Vi var förtvivlade över att vi inte skulle få möjligheten att ta hand om vårt älskade barn under jordelivet. Vi visste att Kenneth skulle vara en del av vår familj i evigheten, men jag fann att jag ifrågasatte varför Gud lät detta hända mig när jag gjorde allt jag kunde för att ära mitt ämbete. Jag hade just återvänt hem efter att ha utfört en av mina plikter, att hjälpa de heliga. Varför kunde inte Gud ta

hänsyn till mitt tjänande och rädda vår son och vår familj från den här tragedin? Ju mer jag tänkte på det, desto bittrare blev jag.

Min hustru klandrade mig aldrig för att jag inte lyssnat på hennes meningar, men jag lärde mig en livsomvälvande läxa och skapade två regler som aldrig får brytas:

Regel 1: Lyssna på och hörsamma din hustrus meningar.

Regel 2: Om du av någon anledning inte vet vad du ska göra, gå till regel 1.

Även om den här upplevelsen var förkrossande och vi fortsätter att sörja, så lättades vår överväldigande börda så småningom.³ Vår förlust gav mig och min hustru specifika lärdomar. Vi kom att känna oss förädlade och sammanlänkade genom våra tempelförbund. Vi vet att vi kan göra anspråk på Kenneth i den nästkommande världen eftersom han föddes inom förbundet. Vi fick också erfarenhet som är nödvändig för att

kunna tjäna andra och känna empati med deras smärta. Jag vittnar om att vår bitterhet sedan dess har lösts upp då vi utövat tro på Herren. Vår situation är fortfarande svår, men vi har tillsammans med aposteln Paulus lärt att "allt förmår [vi] i honom som ger [oss] kraft" om vi fokuserar på honom.⁴

President Russell M. Nelson har sagt: "När fokus i vårt liv är på Guds frälsningsplan ... samt på Jesus Kristus och hans evangelium, kan vi känna glädje vad som än händer – eller inte händer – i livet." Han sa också: "Glädje kommer från och tack vare honom."⁵

Vi kan fatta mod och fyllas med frid när vi har det svårt. Kärleken vi känner tack vare Frälsaren och hans försoning blir en kraftfull tillgång i våra svåra stunder. "Allt som är orättvist [och svårt] i livet kan bli rätt igen genom Jesu Kristi försoning."⁶ Han befallde: "I världen får ni lida,



Sydafrika.

men var frimodiga: jag har övervunnit världen.”⁷ Han kan hjälpa oss att uthärda varje smärta, sjukdom och prövning vi möter under jordelivet.

Vi hittar många berättelser i skrifterna om stora och ädla ledare, som Jeremia, Job, Joseph Smith och Nephi, som inte skonades från jordelivets prövningar och svårigheter. De var människor som lärde sig att lyda Herren i även de svåraste omständigheter.⁸

Under de fruktansvärda dagarna i Libertyfängelset ropade Joseph Smith: ”O Gud, var är du? Och var är förhänget som täcker ditt gömställe?”⁹ Herren lärde Joseph att ”uthärda väl”¹⁰ och lovade honom att om han gjorde det så skulle allt detta ge honom erfarenhet och tjäna honom till godo.¹¹

När jag begrundar mina egna upplevelser inser jag att jag fick några av mina bästa lärdomar när det var som svårast i livet, i stunder som tog mig ur min bekvämlighetszon. Svårigheter jag fick i min ungdom, när jag lärde mig om kyrkan i seminariet, som nyomvänd, och som heltidsmissionär, och utmaningar jag mött i min utbildning, i min strävan att ära mina ämbeten och fostra min familj har förberett mig för framtiden. Ju mer jag med gott mod bemöter svåra omständigheter med tro på Herren, desto mer växer jag i mitt lärjungeskap.

De svåra sakerna i våra liv bör inte komma som en överraskning när vi

väl har kommit in på den trånga och smala stigen.¹² Jesus Kristus lärde sig ”lydnad genom sitt lidande”¹³. När vi följer honom, särskilt när vi har det svårt, kan vi utvecklas till att bli mer som han.

Ett av förbunden vi ingår med Herren i templet är att leva efter offerlagen. Offer har alltid varit en del av Jesu Kristi evangelium. Det är en påminnelse om Jesu Kristi stora försoningsoffer för alla som har levt eller kommer att leva på jorden.

Jag vet att Herren alltid kompenserar våra rättfärdiga önskningar. Kommer ni ihåg de många barn som jag blev lovad i min patriarkaliska välsignelse? Den välsignelsen håller

på att uppfyllas. Min hustru och jag tjänade med flera hundra missionärer från fler än 25 länder i Ghanamissionen Cape Coast. Vi älskar dem som om de vore våra bokstavliga barn.

Jag bär vittne om att vi utvecklas i vårt lärjungeskap när vi utövar tro på Herren i svåra tider. När vi gör det stärker han oss i sin barmhärtighet och hjälper oss att bära våra bördor. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Johannes 9:2–3.
2. ”Familjen: Ett tillkännagivande för världen”, JesuKristiKyrka.org.
3. Se Mosiah 24:14–15.
4. Filipperbrevet 4:13.
5. Russell M. Nelson, ”Glädje och andlig överlevnad”, *Liahona*, nov. 2016, s. 82.
6. *Predika mitt evangelium: Vägledning för missionärer* (2004), s. 52.
7. Johannes 16:33.
8. Se Job 27:5.
9. Lärn och förbunden 121:1.
10. Se Lärn och förbunden 121:8.
11. Se Lärn och förbunden 122:7.
12. Se 2 Nephi 31:19–21.
13. Hebreerbrevet 5:8.



Missionärerna som min fru och jag tjänade tillsammans med är lika kära för oss som om de bokstavligen var våra egna barn.



Äldste Quentin L. Cook
i de tolv apostlarnas kворum

Var trofast mot Gud och hans verk

Vi behöver alla söka efter ett eget vittnesbörd om Jesus Kristus, tygla våra känslor och vara trofasta mot Gud och hans verk.

Förra oktober fick jag i uppdrag, tillsammans med president M. Russell Ballard och äldste Jeffrey R. Holland, att besöka Storbritannien där vi alla tre hade verkat som unga missionärer. Vi hade förmånen att få undervisa och vittna och återuppleva kyrkans tidiga historia på de brittiska öarna, där min anfader Heber C. Kimball och hans medarbetare var de första missionärerna.¹

President Russell M. Nelson anmärkte skämtsamt att det var ovanligt att ge tre apostlar i uppdrag att besöka området där de hade verkat som missionärer som unga. Han sa att alla önskar få i uppdrag att besöka sin ursprungliga mission. Med ett stort leende förklarade han kortfattat villkoret att om det finns ytterligare tre apostlar som verkat i samma mission för över 60 år sedan kan de också få ett liknande uppdrag.

Som förberedelse för uppdraget läste jag på nytt *Life of Heber C. Kimball*, författad av hans barnbarn Orson F. Whitney som senare kallades till apostlaskapet. Det här exemplaret fick jag av min kära mor när jag var nästan sju år gammal. Vi förberedde oss för

att besöka invigningen av "Detta är platsen-monumentet" den 24 juli 1947, förrättad av president George Albert Smith.² Hon ville att jag skulle få veta mer om min förfader Heber C. Kimball.

Den här boken innehåller några djupsinniga ord, tillskrivna president Kimball, som har betydelse för vår tid. Innan jag återger orden, låt mig ge lite bakgrundsfakta.

När profeten Joseph Smith satt i Liberty-fängelset hade apostlarna Brigham Young och Heber C. Kimball ansvaret, under fruktansvärt ogynnsamma omständigheter, att överse evakueringen av de heliga från Missouri. Evakueringen krävdes till stor del på grund av den utrotningsorder som utfärdats av guvernör Lilburn W. Boggs.³

Nästan 30 år senare reflekterade Heber C. Kimball, då i första presidentskapet, över detta förflutna inför en ny generation och sa: "Låt mig säga er att många av er ska få uppleva tider när ni kommer att få alla de bekymmer, prövningar och förföljelser som ni kan klara av, och mängder av tillfällen att visa att ni är trofasta mot Gud och hans verk."⁴

Heber fortsatte: "För att kunna möta de svårigheter som kommer är det nödvändigt att ni har kunskap om sanningen i detta verk för egen del. Svårigheterna kommer att bli av sådan art att den man eller kvinna som inte äger denna personliga kunskap eller detta vittnesbörd kommer att falla. Om ni inte har detta vittnesbörd, så lev rätt och åkalla Herren och upphör inte förrän ni fått det. Om ni inte gör det kommer ni inte att bestå ... Tiden kommer då ingen man eller kvinna kan leva på lånat ljus. Var och en måste vägledas av ljuset inom sig ... Om ni inte har det kan ni inte bestå. Sök därför vittnesbördet om Jesus och håll er till det när prövningarna kommer, så att ni inte snubblar och faller."⁵

Vi behöver var och en ett personligt vittnesbörd om Guds verk⁶ och Jesu Kristi betydelsefulla roll. 76:e kapitlet i Läran och förbunden handlar om de tre härlighetsgraderna, och den celestials härligheten jämförs med solen. Sedan jämförs det terrestriala riket med månen.⁷



Mexiko.

Det är intressant att solen har sitt eget ljus men att månen är reflekterat ljus eller "lånat ljus". Angående det terrestriala riket står det i vers 79: "Det är dessa som inte är tappra i vittnesbördet om Jesus." Vi kan inte nå det celestialet riket och bo hos Gud Fadern med lånat ljus; vi behöver ett eget vittnesbörd om Jesus Kristus och hans evangelium.

Vi lever i en värld där ondskan flödar över⁸ och hjärtan vänder sig bort från Gud på grund av människobud.⁹ Ett av de mest fängslande exemplen i skrifterna som rör Heber C. Kimballs iver angående sökandet efter ett vittnesbörd om Guds verk och Jesus Kristus, finns i Almas råd till hans tre söner – Helaman, Shiblon och Corianton.¹⁰ Två av hans söner hade varit *trofasta mot Gud och hans verk*. Men en son hade fattat några dåliga beslut. För mig är det viktigaste med Almas råd att han gav det som en far till sina egna barns nytta.

Det första Alma var angelägen om, liksom Heber C. Kimball, var att var och en skulle ha ett vittnesbörd om Jesus Kristus och *vara trofasta mot Gud och hans verk*.

I Almas anmärkningsvärda undervisning till sin son Helaman ger han ett djupsinnigt löfte att den som "sätter sin lit till Gud ska få stöd i sina prövningar och sina bekymmer och sina lidanden och ska bli upphöjd på den yttersta dagen"¹¹.

Alma hade fått en bekräftelse var han såg en ängel, men det är ovanligt. Intryck som ges av den Helige Anden är mer typiska. Sådana intryck kan vara lika viktiga som änglabesök. President Joseph Fielding Smith lärde: "Intryck på själen som kommer från den Helige Anden är mycket mer betydelsefulla än en syn. När Ande talar till ande är präglingen på själen mycket svårare att suddas ut."¹²

Detta tar oss till Almas råd till sin andre son Shiblon. Shiblon var rättfärdig liksom sin bror Helaman. Rådet jag vill betona är Alma 38:12, som delvis lyder: "Se ... till att du tyglar alla dina lidelser så att du kan fyllas med kärlek."

Tygla är ett intressant ord. När vi rider på en häst använder vi tyglarna för att leda den. En bra synonym kan vara att styra, kontrollera eller hålla tillbaka. I Gamla testamentet står det att vi ropade av glädje när vi fick

veta att vi skulle få en fysisk kropp.¹³ Kroppen är inte ond – den är vacker och nödvändig – men vissa känslor, om de inte används rätt eller tyglas på lämpligt sätt, kan skilja oss åt från *Gud och hans verk* och påverka vårt vittnesbörd negativt.

Låt oss tala om två känslor i synnerhet – först ilska och sedan lusta.¹⁴ Intressant är att om båda är otyglade eller okontrollerade kan de orsaka stor hjärtesorg, försvaga Andens inflytande och skilja oss åt från Gud och hans verk. Motståndaren tar varje tillfälle i akt att fylla våra liv med bilder av våld och omoral.

I vissa familjer är det inte ovanligt att en arg man eller hustru slår sin äkta hälft eller ett barn. I juli deltog jag i ett brittiskt parlamentforum för alla partier i London.¹⁵ Våld mot kvinnor och ungdomar betonades som ett betydande världsomfattande problem. Förutom våld har många använt verbala övergrepp. I Tillkännagivandet om familjen står det att de "som förgriper sig på maka eller barn ... en dag kommer att stå ansvariga inför Gud".¹⁶

President Nelson betonade detta starkt i går förmiddags.¹⁷ Bestäm dig för att oavsett om dina föräldrar förgrep sig på dig eller inte så ska inte du förgripa dig fysiskt eller verbalt eller känslomässigt på din äkta hälft eller dina barn.

I vår tid är en av de mest betydande utmaningarna stridighet och verbal misshandel i samband med samhällsfrågor. I många fall har ilska och kränkande ord ersatt förnuft, samtal och hövlighet. Många har övergett uppmaningen från Frälsarens seniorapostel Petrus att söka sådana kristuslika egenskaper som självbehärskning, uthållighet, gudsfruktan, syskonkärlek och kärlek



USA.



Tahiti.

till alla.¹⁸ De har också övergett den kristuslika egenskapen ödmjukhet.

Förutom att kontrollera ilska och tygla andra känslor behöver vi leva rena moraliska liv genom att kontrollera våra tankar, ord och handlingar. Vi behöver hålla oss borta från pornografi, bedöma det lämpliga i det vi streamar hemma och undvika varje form av syndigt beteende.

Detta tar oss till Almas råd till sin son Corianton. Till skillnad från sina bröder Helaman och Shiblon begick Corianton moraliska överträdelser.

Då Corianton hade handlat omoraliskt var det nödvändigt för Alma att undervisa honom om omvändelse. Han var tvungen att undervisa honom om allvaret i att synda och sedan om omvändelse.¹⁹

Så Almas förebyggande råd var att tygla känslor, men hans råd till dem som har begått överträdelser var att

omvända sig. President Nelson gav medlemmarna ett djupsinnigt råd om omvändelse under aprilkonferensen 2019. Han klargjorde att daglig omvändelse är en nödvändig del av livet. "Omvändelse är inte en enstaka händelse, den är en process. Den är nyckeln till lycka och sinnesfrid", sa han. "Daglig omvändelse är vägen till renhet, och renhet ger kraft."²⁰ Om Corianton hade gjort som president Nelson sa, skulle han ha omvänt sig så fort han började få orena tankar. Några större överträdelser skulle inte ha skett.

Det avslutande rådet som Alma gav sina söner är en av de viktigaste lärosatserna i alla skrifterna. Det rör försoningen som Jesus Kristus fullföljde.

Alma vittnade om att Kristus skulle ta bort all synd.²¹ Utan Frälsarens försoning skulle rättvisans eviga

princip kräva bestraffning.²² Tack vare Frälsarens försoning kan barmhärtigheten segra för dem som har omvänt sig, och göra så att de kan återvända till Guds närhet. Vi gör klokt i att begrunda den här underbara lärosatsen.

Ingen kan återvända till Gud enbart genom sina goda gärningar; vi behöver alla dra nytta av Frälsarens offer. Vi har alla syndat och det är endast genom Frälsarens försoning som vi kan erhålla barmhärtighet och leva med Gud.²³

Alma gav också underbara råd till Corianton för alla oss som har gått igenom eller kommer att gå igenom omvändelseprocessen, oavsett om synderna är små eller så svåra som de som Corianton begick. I vers 29 i Alma 42 står det: "Och nu min son, önskar jag att du inte låter dessa frågor oroa dig längre. Och låt endast

dina synder oroar dig med den oro som leder dig ner till omvändelse.”

Corianton följde Almas råd och både omvände sig och tjänade heder-värt. Tack vare Frälsarens försoning är läkedom tillgänglig för alla.

På Almas tid, på Hebers tid, och förvisso i vår tid behöver vi söka ett eget vittnesbörd om Jesus Kristus, tygla våra känslor, omvända oss från våra synder och få frid genom Jesu Kristi försoning och vara trofasta mot Gud och hans verk.

I ett tal nyligen och även i förmiddags sa president Russell M. Nelson det så här: ”Jag vädjar till dig att ta ansvar för ditt vittnesbörd om Jesus Kristus. Kämpa för det. Ta hand om det. Vårda det. Ge det näring så att det växer. Var sedan uppmärksam på underverken som sker i ditt liv.”²⁴

Jag är tacksam att vi nu får höra från president Nelson. Jag vittnar om att president Russell M. Nelson är Herrens profet för vår tid. Jag älskar och värdesätter den förunderliga inspiration och vägledning vi får genom honom.

Som apostel till Herren Jesus Kristus bär jag mitt säkra vittnesbörd om Frälsarens gudomlighet och att hans försoning är verklig, i Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Ronald K. Esplin, ”A Great Work Done in That Land”, *Ensign*, juli 1987, s. 20: ”Den 13 juni lämnade äldste Kimball, Orson Hyde, Joseph Fielding och Hebers vän Willard Richards Kirtland för att resa till England. I New York den 22 juni fick de sällskap av kanadensarna Isaac Russell, John Goodson och John Snyder. De sju missionärerna bokade sedan en resa till Liverpool på fartyget *Garrick*.” (Se Heber C. Kimball papers, 1837–1866; Willard Richards journals and papers, 1821–1854, kyrkans historiska bibliotek, Salt Lake City.)
2. Monumentet This is the Place [Detta är platsen] finns på östra sidan av Salt Lake City, vid mynningen till Emigration Canyon, och är ett minnesmärke över



Colombia.

- 100-årsdagen sedan de heliga anlände till Saltsjödal, den 24 juli 1847. På monumentet står statyer av Brigham Young, Heber C. Kimball och Wilford Woodruff.
3. Mellan 8 000 och 10 000 sista dagars heliga flydde från Missouri i början av 1839 för att undkomma medborgargarden och pöbelhopar. Under ledning av Brigham Young och Heber C. Kimball bildades en kommitté som skulle samla in förnödenheter, bedöma behov och etablera ruttor för den drygt 30 mil långa och mödosamma utvandringen till Illinois. Medkännande invånare i samhället Quincy beredde en tillfällig tillflyktsort för de lidande i form av husrum och mat. (Se *Saints: The Story of the Church of Jesus Christ in the Latter Days*, vol. 1, *The Standard of Truth, 1815–1846* [2018], s. 375–377; William G. Hartley, ”The Saints’ Forced Exodus from Missouri”, i Richard Neitzel Holzapfel och Kent P. Jackson, red., *Joseph Smith: The Prophet and Seer* [2010], s. 347–389.)
4. I Orson F. Whitney, *Life of Heber C. Kimball: An Apostle, the Father and Founder of the British Mission* (1945), s. 449; betoning tillagd.
5. Se Orson F. Whitney, *Life of Heber C. Kimball*, s. 450.
6. Se Mose 1:39; se även ”Frälsningens och upphöjelsens verk”, del 1.2 i *Allmän handbok: Tjåna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga*, JesuKristiKyrka.org. Vi kommer till Kristus och hjälper till med Guds verk genom att leva enligt Jesu Kristi evangelium, ta hand om behövande, inbjuda alla att ta emot evangeliet och förena familjer för evigheten. Se även Läran och förbunden 110 som framlägger nycklarna som gavs för frälsningens verk.
7. Se även 1 Korintierbrevet 15:40–41.
8. Se Läran och förbunden 45:27.
9. Se Läran och förbunden 45:29.
10. Alma var son till profeten Alma. Han blev överdomare för nationen och kyrkans högpräst och profet. Han upplevde en mirakulös omvändelse som ung man.
11. Alma 36:3.
12. Joseph Fielding Smith, ”The First Presidency and the Council of the Twelve”, *Improvement Era*, nov. 1966, s. 979.
13. Se Job 38:7.
14. Se Alma 39:9. Alma instruerar Corianton: ”[Följ] inte längre ... dina ögons begär.”
15. All Party Parliamentary Group, Parliamentary sessions, tisdagen den 5 juli 2022, ”Preventing Violence and Promoting Freedom of Belief” [Att förebygga våld och verka för trosfrihet].
16. ”Familjen: Ett tillkännagivande för världen”, JesuKristiKyrka.org; se även Patrick Kearon, ”Han har uppstått med läkedom under sina vingar: Vi kan vara mer än segrare”, *Liahona*, maj 2022, s. 37–40.
17. Se Russell M. Nelson, ”Vad är sant?” *Liahona*, nov. 2022, s. 29.
18. Se 2 Petrusbrevet 1:5–10.
19. Se Alma 39:9.
20. Russell M. Nelson, ”Vi kan göra bättre och bli bättre”, *Liahona*, maj 2019, s. 67, 68.
21. Se Alma 39:15.
22. Se Alma 42:16.
23. Se 2 Nephi 25:23.
24. Russell M. Nelson, Facebook, 1 aug. 2022, facebook.com/russell.m.nelson; Twitter, 1 aug. 2022, twitter.com/nelsonrussellm; Instagram, 1 aug. 2022, instagram.com/russellmnelson; se även ”Val för evigheten” (världsomfattande andakt för unga vuxna, 15 maj 2022), broadcasts.ChurchofJesusChrist.org.



President Russell M. Nelson

president för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga

Fokusera på templet

Jag lovar att mer tid i templet kommer att välsigna er på sätt som inget annat kan göra.

Kära bröder och systrar, under dessa fem storartade möten av general-konferensen har vi än en gång fått uppleva att himlarna är öppna! Min bön är att ni har skrivit ner era intryck och tänker agera på dem. Vår himmelske Fader och hans älskade Son Jesus Kristus står redo att hjälpa er. Jag uppmanar er att öka era ansträngningar att söka deras hjälp.

Nyligen fick syster Nelson och jag möjligheten att se en förhandsvisning av den nya säsong 4 av serien *Mormons bok-videor*.¹ Vi blev inspirerade av den! Låt mig få visa er ett kort utdrag ur scenen som skildrar när Frälsaren visade sig för nephiterna.

Det är betydelsefullt att Frälsaren valde att visa sig för folket vid templet. Det är hans hus. Det är fyllt av hans kraft. Låt oss aldrig tappa ur sikte det som Herren gör för oss nu. Han gör sina tempel mer tillgängliga. Han ökar takten på vårt byggande av tempel. Han stärker vår förmåga att samla Israel. Han gör det också lättare för oss var och en att bli andligt förädlad. Jag lovar att mer tid i templet kommer att välsigna er på sätt som inget annat kan göra.

För närvarande har vi 168 tempel i verksamhet och 53 nya tempel som håller på att byggas och ytterligare 54 på planeringsstadiet!² Jag gläds över att tillkännage våra planer att

bygga ett nytt tempel på var och en av dessa platser: Pusan, Korea; Naga, Filippinerna; Santiago, Filippinerna; Eket, Nigeria; Chiclayo, Peru; Buenos Aires stadskärna, Argentina; Londrina, Brasilien; Ribeirão Preto, Brasilien; Huehuetenango, Guatemala; Jacksonville, Florida; Grand Rapids, Michigan; Prosper, Texas; Lone Mountain, Nevada; och Tacoma, Washington.

Vi planerar också att bygga flera tempel i utvalda storstadsområden

där restiden till befintliga tempel utgör en stor utmaning. Därför är jag glad att tillkännage fyra ytterligare platser i närheten av Mexico City där tempel kommer att byggas i Cuernavaca, Pachuca, Toluca och Tula.

Mina kära bröder och systrar, må ni fokusera på templet på sätt som ni aldrig gjort tidigare. Jag välsignar er med att kunna komma närmare Gud och Jesus Kristus varje dag. Jag älskar er. Må Gud vara med er tills vi möts igen, är min bön i Jesu Kristi heliga namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Dessa nya videor kommer att vara tillgängliga på många språk i Evangeliebiblioteket och på andra kanaler. Avsnitt kommer att läggas ut varje vecka med början i dag efter konferensen.
2. Från och med den 1 oktober 2022 kommer ytterligare fyra tempel att renoveras (S:t George, Manti och Salt Lake i Utah, och Columbus i Ohio), och tre inväntar invigning (Hamilton, Nya Zeeland; Quito, Ecuador och Belém, Brasilien).





Kyrkans ledare tjänar i många nationer

Kyrkans ledare fortsatte sin världsomfattande verksamhet under de senaste sex månaderna. Här är några höjdpunkter från allt de uträttat sedan senaste generalkonferensen.

President Oaks reflekterade över kvinnans inflytande

I en video från kyrkan som släpptes i september talade president Dallin H. Oaks, förste rådgivare i första presidentskapet, om sin mors och mormors inflytande, som hjälpte honom att utveckla ett vittnesbörd och en tro på Herren. Kvinnors inflytande i hans liv fortsatte med hans hustru, syster June Oaks, och efter hennes död med hans andra hustru, syster Kristen Oaks.

”De viktigaste lärarna jag har haft när det gäller kyrkans lära, tjänande och familjeansvar – och som har varit på samma nivå som kyrkans profeter – har varit kvinnor”, säger president Oaks.

Äldste Uchtdorf talade till flyktingar

Äldste Dieter F. Uchtdorf i de tolv apostlarnas kvorum besökte Polen i

april. Han presiderade över en andakt för ukrainska flyktingar som har funnit en tillfällig tillflykt där.

Om besöket sa äldste Uchtdorf, som själv var flykting tidigt i livet, att hans hjärta är fyllt av ”djup sorg över lidandet” hos sista dagars heliga och andra i krigshärjade länder, men också av tacksamhet.

”Dessa personer och familjer har stärkt och lyft oss med sin godhet, tillit till och tro på Frälsaren och hans gudomliga avsikter”, sa han. ”Harriet och jag hoppades kunna stärka och trösta dem, men i stället gav de himmelskt ljus, hopp och tröst till våra hjärtan.”

Äldste Bednar talade inför National Press Club i Washington D.C.

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum talade inför National Press Club i maj och redogjorde för vad Jesu Kristi kyrkas globala humanitära, välfärds-, utbildnings-, tempel-, missions- och genealogiska initiativ är och varför vi har dem.

”Det grundläggande syftet med Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är att hjälpa människor lära sig om Guds natur och egenskaper, att älska Gud, att bli lärjungar till hans Son Jesus Kristus och att älska och tjäna våra bröder och systrar”, sa äldste Bednar.

Hjälpföreningens och Primärs generalpresidenterna besökte Sydamerika

President Camille N. Johnson, Hjälpföreningens generalpresident, och president Susan H. Porter, Primärs generalpresident, träffade samhällsledare och kyrkans medlemmar i Argentina, Chile, Uruguay och Paraguay under ett tio dagar långt besök av tjänande och nätverkande.

De träffade statliga myndigheter som hjälper kvinnor i utsatta situationer i Paraguay och Argentina.

”Vår kyrka ser fram emot att arbeta med er för att förbättra möjligheterna till utbildning och oberoende för kvinnor”, sa president Johnson.

Förutom att träffa myndigheter betjänade president Johnson och



Från vänster till höger: I en video från Church News talar president Dallin H. Oaks, förste rådgivare i första presidentskapet, om lärdomar från kvinnor i hans liv, bland annat hans fru syster Kristen Oaks, som finns med på bilden här; President Camille N. Johnson hälsar på en ung kvinna i Chile; Äldste Dieter F. Uchtdorf hälsar på ukrainska flyktingar vid ett möte för ungdomar i Warszawa i Polen.



Överst: Äldste David A. Bednar talar på National Press Club vid en lunch i Washington D.C. Ovan: President Susan H. Porter betjänar barn under en andakt i området Sydamerika Syd.

Porter också kyrkans medlemmar. De höll möten för unga föräldrar, en andakt för ensamstående kvinnor, interaktiva möten för familjer med barn och utbildning för församlingsledare. ■

Se newsroom.ChurchofJesusChrist.org för mer information om kyrkans ledares verksamhet.

President Nelson blir kyrkans äldste president

President Russell M. Nelson föddes den 9 september 1924 och firade nyligen sin 98:e födelsedag. Den 14 april 2022 blev han den äldste presidenten i kyrkans historia.

När president Dallin H. Oaks, förste rådgivare i första presidentskapet, reflekterade över president Nelsons tjänande och liv sa han: "Han är en inspirerad och vis ledare och den mildaste och behagligaste människa man kan hoppas att få umgås med."

President Henry B. Eyring, andre rådgivare, uttryckte sina tankar om president Nelsons roll som Herrens profet: "Varje gång vi lämnar kontoret säger president Oaks och jag: 'Det händer igen.' Man bara ser uppenbarelsen komma. Du ser honom be om råd, och sedan kommer beslutet och alla i rummet vet att det är rätt och från Gud. Han säger bara tyst: 'Jag tror att det här är vad Herren vill att vi ska göra.' Och så är det gång på gång." ■



President Russell M. Nelson beundrar kort och brev han fick när han fyllde 98 år. Han tillbringade dagen med att delta i möten och andra plikter i kyrkans administrationsbyggnad i Salt Lake City, Utah.



Äldste Gary E. Stevenson i de tolv apostlarnas kворum invigde Rio de Janeiro tempel i Brasilien.

Arbetet med nya tempel går framåt

President Russell M. Nelson tillkännagav 18 nya tempel under söndagens eftermiddagsmöte under generalkonferensen i oktober 2022. Se tempelplatserna i hans avslutande tal på sidan 121.

Följande tempel har invigts eller återinvigts sedan förra generalkonferensen i april:

- Rio de Janeiro tempel i Brasilien invigdes den 8 maj.
- Yigo tempel i Guam invigdes den 22 maj.
- Praia tempel i Kap Verde invigdes den 19 juni.
- Hongkongs tempel i Kina återinvigdes den 19 juni.
- Tokyo tempel i Japan återinvigdes den 3 juli.
- Hamiltons tempel i Nya Zeeland återinvigdes den 16 oktober.

Beléms tempel i Brasilien invigs den 20 november.

Quito tempel i Ecuador invigs också den 20 november.

Öppet hus för templet i San Juan, Puerto Rico är planerat till 1–17 december. Det invigs den 15 januari 2023.

Mark bröts för följande tempel: Grand Junctions tempel, Colorado (USA), Lindons tempel, Utah (USA), Farmingtons tempel, New Mexico (USA), Elko tempel, Nevada (USA), Burley tempel, Idaho (USA), Smithfields tempel, Utah (USA), Yorba Linda tempel, Kalifornien (USA), Lubumbashi tempel, Demokratiska Republiken Kongo och Ephraims tempel, Utah (USA).

Första spadtagsceremonier är planerade för Willamette Valley tempel, Oregon (USA) och Heber Valley tempel, Utah (USA). ■

Guiden *Vägledning för de unga* uppdaterad

Kyrkan har reviderat sin guide för sista dagars heliga ungdomar. *Vägledning för de unga: En guide för att göra val* uppmanar ungdomarna att utöva sin handlingsfrihet och söka inspiration för att leva efter evangeliets normer.

”Den bästa guide ni möjligtvis kan ha för att göra val är *Jesus Kristus*. Jesus Kristus är ungdomarnas styrka”, lärde äldste Dieter F. Uchtdorf i de tolv apostlarnas kворum under lördagens förmiddagsmöte under generalkonferensen. ”Syftet med *Vägledning för de unga* är att rikta er mot honom. Den lär er om de eviga sanningarna i hans återställda evangelium – sanningar om vilka ni är, vem han är och vad ni kan åstadkomma med hans styrka” (*”Jesus Kristus är ungdomarnas styrka”, Liahona*, nov. 2022, s. 10–11).

Ungdomar uppmuntras att använda principerna i guiden för att göra rättfärdiga val i alla aspekter av livet. Föräldrar, ledare och ungdomar kan vilja studera och dela med sig av guiden hemma, på söndagsmöten och på aktiviteter, bland annat läger och ungdomskonferenser. Unga mäns och Unga kvinnors ledare kan vilja betona principerna i guiden regelbundet. De här principerna kan också vara fokus för en årlig kväll om normer, för ungdomar och deras föräldrar.

Den nya guiden finns digitalt på 50 språk i avdelningen Ungdomar i Evangeliebiblioteket och på youth.ChurchofJesusChrist.org. Tryckta exemplar skickas snart till församlingar och grenar världen över. ■





Säsong 4 av *Mormons bok-videor* kommer i år

Mormons bok-videor säsong 4 skildrar Mormons boks absoluta höjdpunkt: Jesu Kristi verksamhet på den amerikanska kontinenten.

”Jag tror att [säsong 4] kommer att kännas bekant för människor som älskar Nya testamentet”, säger syster Michelle D. Craig, förste rådgivare i Unga kvinnors generalpresidentskap, och säger att Herren talade till profeter i både den Gamla och den Nya världen.

Över 1 000 skådespelare, personal och besättningsmedlemmar arbetade för att levandegöra profetierna och vittnesbörden om den uppståndne Guds Son som stiger ner från himlen för att möta och betjäna människorna i den Nya världen.

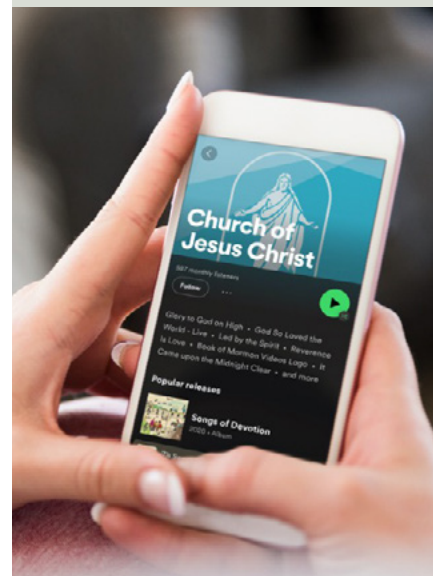
Serien *Mormons bok-videor* finns på kyrkans Mormons bok-app på 15 språk: cebuano, engelska, franska, italienska, japanska, kantonesiska, koreanska, mandarin, portugisiska, ryska, samoanska, spanska, tagalog, tonganska och tyska. Andra visningsplattformar är kyrkans webbplats, Evangeliebiblioteket och kanalen för Mormons bok-videorna på YouTube (du kan prenumerera på den för att få meddelanden när nya videor släpps).

När säsong 5 är färdig innehåller samlingen totalt 45 avsnitt. ■

Aviseringar nu tillgängliga i appen Evangeliebiblioteket

Appen Evangeliebiblioteket har nya inställningar för aviseringar som kan uppmärksamma dig när innehåll släpps. Det finns tre slags aviseringar: 1) daglig inspiration (till exempel skriftställen och konferenscitat), 2) påminnelser (som studieplaner och aviseringar om direktsända händelser) och 3) uppdateringar (som profetiska budskap och nya nummer av kyrkans tidskrifter).

Välj dina aviseringsinställningar genom att trycka på de tre prickarna i appens övre högra hörn och välja ”Inställningar” och sedan ”Aviseringar”. ■



Kom och följ mig

Undervisa om, lär dig av och tillämpa budskap från generalkonferensen

Äldstekvorum och hjälpföreningar har en avgörande roll i frälsningens och upphöjelsens verk. Under sina söndagsmöten samtalar de om hur de kan tillämpa lärdomarna i de senaste generalkonferenstalen på sina ansträngningar i det här verket. Äldstekvorumets och Hjälpföreningens presidentskap väljer ut ett konferenstal att lära sig av under varje söndagsmöte, baserat på medlemmarnas behov och Andens vägledning. Ibland kan biskopen eller stavspresidenten också föreslå ett tal. Ledarna bör i allmänhet välja tal av medlemmarna i första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum. Men vilket tal som helst från den senaste generalkonferensen kan användas.

Lärarna fokuserar på hur de kan hjälpa medlemmarna att tillämpa generalkonferenstalens lärdomar i sina liv. Ledare och lärare hittar sätt att uppmuntra medlemmarna att läsa de utvalda talen före mötena.

För mer information om äldstekvorumets och Hjälpföreningens möten, se *Allmän handbok: Tjäna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga*, 8.2.1.2, 9.2.1.2, JesuKristiKyrka.org.



Ukraina.

Planering inför undervisningen

Följande frågor kan hjälpa lärare när de planerar att använda ett generalkonferenstal i sin undervisning. Vid behov rådgör lärarna med äldstekvorumets eller Hjälpföreningens presidentskap när de begrundar de här frågorna.

- Varför valde äldstekvorumets eller Hjälpföreningens presidentskap det här budskapet att samtala om? Vad hoppas de att medlemmarna ska veta och göra efter att ha samtalat om det här budskapet?
- Vad vill talaren att medlemmarna ska förstå? Vilka evangelieprinciper undervisar han eller hon om? Hur kan dessa principer tillämpas på mitt äldstekvorum eller min hjälpförening?
- Vilka skriftställen använde talaren som stöd åt sitt budskap? Finns det andra skriftställen medlemmarna kan läsa som kan fördjupa deras insikt? (Du kan hitta några i talets slutnoter eller i Handledning för skriftstudier [Skrifterna.JesuKristiKyrka.org].)
- Vilka frågor kan jag ställa som kan hjälpa medlemmarna att begrunda och tillämpa lärdomarna i talet? Vilka frågor kan hjälpa dem förstå hur de här lärdomarna är relevanta för dem, för deras familjer och i Herrens verk?
- Vad kan jag göra för att bjuda in Anden till vårt möte? Vad kan jag använda för att förbättra samtalet, till exempel berättelser, liknelser, musik eller konst? Vad gjorde talaren för att hjälpa medlemmarna förstå hans eller hennes budskap?
- Gav talaren någon uppmaning? Hur kan jag hjälpa medlemmarna att känna en önskan att handla efter de uppmaningarna?

Aktivitetsförslag

Det finns många sätt för lärare att hjälpa medlemmarna lära av och tillämpa generalkonferenstal. Här är några exempel. Lärare kanske har andra förslag som fungerar bättre för deras äldstestevorum eller hjälpförening.



Sydafrika.

- ***Tillämpa sanningar i våra liv.***

Be medlemmarna gå igenom konferenstalet och titta efter sanningar som kan hjälpa dem utföra det verk som Gud har gett dem som enskilda eller som äldstestevorum eller hjälpförening. Vad lär vi oss till exempel som kan hjälpa oss som tjänare, som föräldrar eller som medlemsmissionärer? Hur påverkar det här budskapet våra tankar, känslor och handlingar?

- ***Samtala i grupper.***

Dela in medlemmarna i små grupper och ge varje grupp var sin del av konferenstalet att läsa och samtala om. Be sedan varje grupp berätta om en sanning de hittade och hur den kan tillämpas på dem. Du kan också skapa grupper bestående av medlemmar som har studerat olika delar av budskapet och låta dem berätta för varandra vad de hittade.

- ***Sök efter svar på frågor.***

Be medlemmarna svara på frågor som dessa om konferenstalet: Vilka evangeliesanningar kan vi hitta i det här talet? Hur kan vi tillämpa de här sanningarna? Vilka uppmaningar och utlovade välsignelser gavs? Vad lär det här talet oss om det arbete Gud vill att vi ska utföra? Eller gör några egna frågor som uppmuntrar medlemmarna att tänka djupt på talet eller tillämpa sanningarna som det undervisar om. Låt medlemmarna välja en av de här frågorna och hitta svaret i talet.

- ***Läs stycken från talet.***

Be medlemmarna dela med sig av stycken i konferenstalet som inspirerar dem att fullgöra sina ansvar i frälsningens och upphöjelsens verk. Be dem fundera över hur

de kan dela med sig av styckena för att hjälpa någon, till exempel närstående eller någon de är stödbroder eller stödsyster till.

- ***Använd åskådningsundervisning.***

Be i förväg några medlemmar att ta med sig föremål hemifrån som de kan använda för att undervisa om konferenstalet. Under mötet kan man be medlemmarna förklara hur föremålen relaterar till budskapet och hur budskapet kan tillämpas på deras liv.

- ***Förbered en lektion att hålla hemma.***

Be medlemmarna dela upp sig i par och planera en hemaftonslektion utifrån konferenstalet. De kan besvara frågor som de här: Hur kan vi göra budskapet relevant för våra familjer? Hur kan vi dela det här talet till dem vi är stödbroder eller stödsyster för?

- ***Berätta om upplevelser.***

Läs tillsammans flera meningar ur konferenstalet. Be medlemmarna berätta om exempel ur skrifterna och sina liv som förklarar eller förstärker den lära som de här meningarna undervisar om.

- ***Hitta en fras.***

Be medlemmarna att söka i konferenstalet efter fraser som betyder något för dem. Be dem återge fraserna och berätta vad de kan lära sig av dem. Be dem berätta hur de här lärdomarna hjälper dem att utföra Herrens verk. ■

För fler förslag på hur man studerar och undervisar från generalkonferenstal, se "Ideas for Learning and Teaching from General Conference". (Klicka på "Ideas for Study" under "General Conference" i Gospel Library.)



"Till alla dem som har brustna hjärtan, är fångna, förtryckta och kanske förblindade av smärta eller synd erbjuder han läkedom, återhämtning och befrielse. Jag vittnar om att det helandet och den återhämtning som han erbjuder är verklig. När det helandet sker är individuellt och vi kan inte döma någon för hur lång tid det tar dem. Det är viktigt att vi låter oss själva få den tid vi behöver för att läka och att vi är snälla mot oss själva under tiden. Frälsaren är alltid barmhärtig och uppmärksam och redo att bistå oss enligt våra behov."

– syster Kristin M. Yee, "Huvudprydnad i stället för aska: Förlåtelsens helande stig"



"Min vädjan till er denna morgon är att ni ska finna *ro* från intensiteten, osäkerheten och våndan i denna värld genom att *övervinna* världen genom era förbund med Gud", sa president Russell M. Nelson under kyrkans 192:a halvårskonferens. "Låt honom veta genom era böner och era handlingar att ni menar allvar med att övervinna världen. Be honom att lysa upp ert sinne och sända er den hjälp ni behöver. Skriv varje dag ner de tankar ni får när ni ber, och följ sedan upp dem noggrant. Tillbringa mer tid i templet, och försök förstå hur templet lär er att resa er ovanför denna fallna värld."

