Liahona

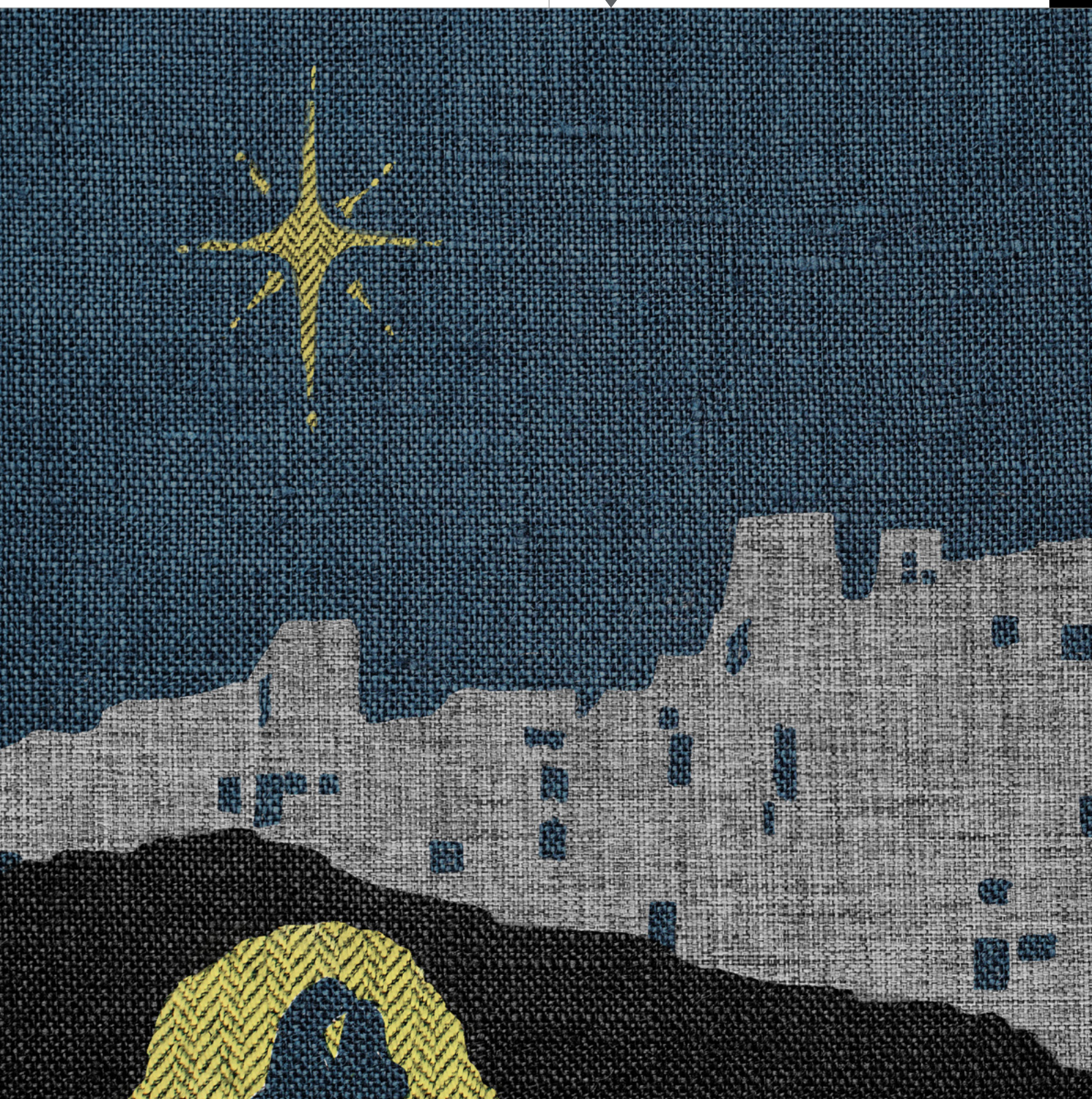
VISAR OSS ALLA VÄGEN TILL JESUS KRISTUS

ÄLDSTE COOK: DÄRFÖR GLÄDS VI I JESUS KRISTUS, S. 2

KYRKANS LEDARES JULTRADITIONER, S. 34

JULSÅNGER FRÅN HELA VÄRLDEN, S. 16

DECEMBER 2026





Första presidentskapets julbudskap

När vi firar Jesu Kristi födelse den här julen förkunnar vi glatt tillsammans med de forna himmelska härskarorna: ”Ära åt Gud i höjden, och frid på jorden bland människor som han älskar” (Lukas 2:14).

Vi gläds åt att Jehova, vår himmelske Faders förstfödde Son i anden, var villig att bli Faderns enfödde Son i köttet. Glädjen och friden i samband med hans födelse återspeglar den stora glädje och frid han erbjuder oss genom sin obegränsade försoning.

När vi tackar för honom, låt då detta vara en tid av vänlighet och välvilja. Må vi följa Jesu Kristi exempel, han som är vår ”Fridsfurste” (Jesaja 9:6) och bli fridsstiftare i våra hjärtan, hem och samhällen.

Första presidentskapet

HERDARNAS TILLBEDJAN, AV GERARD VAN HONTHORST



INNEHÅLL

”Jesus Kristus, vår Frälsare och Återlösare, ger oss verkligen all anledning att fröjdas under julen och alltid.”
– Äldste Quentin L. Cook, sidan 2

2 **Vi har all anledning att fröjda oss**
Äldste Quentin L. Cook

8 **Förbundskvinnor: Jesus Kristus – en befriare för oss alla**
Syster J. Anette Dennis

12 **Gåvor som varar för evigt**
Äldste John D. Amos och syster Michelle Amos

16 ***Psalmer för hemmet och kyrkan*: Höj med glädje din röst: julsånger från hela världen**
Melanie Jex

22 **Heliga i varje land: I Herrens tjänst i Kongo**
Jeffrey Cannon

25 **Porträtt av tro: Jag hoppas att mamma är stolt över mig**
Nisha Sathiyanathan

28 **Sista dagars heliga berättar**
Olika författare

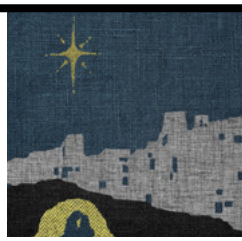
32 **Gud hade andra planer för oss– planer som jag nästan missade**
Erryn Adams

34 **Sång, givmildhet, vittnesbörd – och en gnutta Dickens**

40 **Från *UV: Aktuellt*: Håller julen på att förlora sin magi? Vänd dig till Kristus**
Aspen Yip

44 **Från *UV: Aktuellt*: Jag tyckte att gåvor var besvärliga – tills jag förstod gåvan som Frälsaren är**
Sodanin Prak

46 **Från *UV: Aktuellt*: Vi ses, Gamla testamentet; Hej, Nya!**
Eric D. Snider



OMSLAG
Illustration:
Michael Dunford





SE GUDS LAMM, AV WALTER RANE, FÅR ENBART KOPIERAS FÖR KYRKLIGT BRUK



Äldste Quentin L. Cook
i de tolv apostlarnas kvorum

VI HAR ALL ANLEDNING ATT FRÖJDA OSS

Må vi fröjdas i vår Frälsare Jesus Kristus under julen, och varje årstid och omständighet i livet. Han lever och älskar oss i dag och för evigt.

När vi nu går in i juletiden ser vi fram emot stunder fyllda av släkt och vänner, uppskattad musik och omhuldade berättelser, givande och mottagande av julklappar och mycket mer. Julen är en underbar tid på året på många sätt.

Men jag vill också betona att julen för många förstärker känslor av ensamhet, isolering, sorg och förlust. Ekonomiska påfrestningar och familjekonflikter blir ofta mer uttalade. Orealistiska förväntningar på julen kan också skapa stress och göra att vi känner oss överväldigade i stället för överlyckliga.

Men julen är fortfarande en glädjens högtid tack vare barnet som föddes för länge sedan i ett enkelt stall där hans mor ”lindade honom och lade honom i en krubba” (Lukas 2:7).

När vi vänder våra tankar och hjärtan till Jesus Kristus den här julen – och alltid – förenar vi oss med lärjungar i alla tider som har fröjdats över honom och hans födelse, liv och försoningsmission, som förändrade evigheten för oss alla.

FRÖJDAS ÖVER DEN KOMMANDE MESSIAS

Långt före hans födelse vittnade profeter om Messias, ”som skulle ta bort världens synder” (1 Nephi 10:10) och övervinna döden. Det här har varit det centrala budskapet från ”alla profeter som har profeterat ända sedan världens begynnelse” (Mosiah 13:33) och gett hopp till generationer.

Från begynnelsen fick Adam och Eva veta att återlösning skulle komma genom Faderns Enfödde (se Mose 5:9) och ”kungjorde [denna sanning] för sina söner och sina döttrar” (Mose 5:12).

Jesaja profeterade: ”För ett barn blir oss fött, en son blir oss given … och hans namn är: Under, Rådgivare, Mäktig Gud, Evig Far, Fridsfurste” (Jesaja 9:6). Var och en av dessa heliga titlar ger oss anledning att fröjdas över vår Frälsare och Återlösare.

Profeter i Mormons bok förutsade Kristi födelse och ”hoppades på hans härlighet många hundra år före hans ankomst” (Jakob 4:4), och de fröjdades över det. Nephi såg i en anmärkningsvärd syn Maria som bar sitt dyrbara barn i famnen, och han hörde ängeln förkunna: ”Se Guds Lamm, ja, den evige Faderns Son!” (Se 1 Nephi 11:20–21.)

Kung Benjamin profeterade för sitt folk om att Jesus Kristus skulle födas av Maria (se Mosiah 3:8) och om hans jordiska verksamhet. Han sa att Kristus skulle ”gå ut … och utföra mäktiga underverk, såsom att bota de sjuka, uppväcka de döda, göra så att de lama går, så att de blinda får sin syn och de döva hör, och bota alla slags sjukdomar” (Mosiah 3:5).

Abinadi vittnade för kung Noas ogudaktiga präster att Kristus skulle bli ”korsfäst och dödad” och bli underkastad ”till och med döden”. I och med detta skulle han bryta dödens band ”efter att ha vunnit seger över döden” (se Mosiah 15:7–8). Abinadi förkunnade sedan att Jesus Kristus ”är världens ljus och liv … ett ljus som är oändligt, som aldrig kan förmörkas … och även ett liv som är oändligt så att det inte längre kan finnas någon död” (Mosiah 16:9).

Mikas profetia om att den utlovade Messias skulle födas i Betlehem vägledde de vise männen (se Mika 5:2; se även Matteus 2:6). När de såg hans stjärna i öster ”fylldes de av mycket stor glädje” (Matteus 2:2, 10) och följde stjärnan tills de fann honom, precis som profetiorna förutsagt.



När vi begrundar dessa och andra vittnesbörd från profeter från olika tidsutdelningar, finner vi försäkran i honom som övervann synd och död och erbjuder evig frid. Vi fröjdas över varje vittnesbörd som leder oss till honom och hans ljus.

VARFÖR VI FRÖJDAS

Den forntida profeten Sakarja förkunnade: ”Fröjda dig stort … Se, din kung kommer till dig, rättfärdig och segerrik är han” (Sakarja 9:9). Den här profetian genljöd i ängelns budskap till herdarna samma kväll som Jesus Kristus föddes:

”Jag bär bud till er om en stor glädje …

I dag har en Frälsare fötts åt er … Han är Messias, Herren” (Lukas 2:10–11).

När herdarna såg Kristus i krubban fröjdades de och förkunnade den underbara nyheten (se Lukas 2:17). Vi fröjdas också – inte bara för att Jesus Kristus kom, utan också på grund av anledningen till att han kom och vad han har gjort för var och en av oss.

Vi fröjdas eftersom Jesus är vårt Föredöme. Under hela sitt jordeliv botade han sjuka och lidande och tröstade behövande. Han undervisade om sitt evangelium, ”gick omkring och gjorde gott” (Apostlagärningarna 10:38) och visade oss vilken väg vi ska gå.

Vi fröjdas över att ingen synd, börda, sorg eller smärta ligger utom räckhåll för hans läkande hjälp. I Getsemane trädgård och på korset tog han på sig världens synder ”för att heliggöra världen och för att rena den från all orättfärdighet” (Läran och förbunden 76:41), och erbjöd omvändelsens gåva och förlåtelsens välsignelser (se Alma 34:15–17; 42:22–24). Han led också för alla sorger och all ”smärta och [alla] bedrövelser och frestelser av alla slag” (Alma 7:11). Detta ”fick [honom] … den störste av alla, att skälva av smärta och blöda ur varje por” (Läran och förbunden 19:18).

ETT LJUS FÖR OSS, AV DAN WILSON, KOPIERING FÖRBJUDEN

Vi fröjdas över att Jesus Kristus framgångsrikt och fullkomligt fullföljde sitt uppdrag och åstadkom allt som behövs för att vi ska kunna återvända till Fadern. Genom sin försoning och uppståndelse möjliggjorde han odödlighet, frälsning, upphöjelse och varje annan gåva av evigt värde.

När vi följer Jesus Kristus och begrundar hans ojämförliga liv och lärdomar, fröjdas vi över de gåvor han så osjälviskt och kärleksfullt har gett oss, som lyfter, stärker och återställer oss. I honom upptäcker vi den djupaste och säkraste anledningen att fröjdas i dag och alltid.

INBJUD ANDRA ATT FRÖJDAS

När vi vänder oss till Jesus Kristus och begrundar allt han har gjort för oss, fylls våra hjärtan av kärlek till honom. Vi inser då att det inte är en passiv upplevelse att fröjdas i honom. Våra hjärtan vänds utåt och vi söker efter tillfällen att inbjuda andra att fröjdas med oss.

Det finns oräkneliga sätt att göra det. Ett är att bjuda med andra till sakramentsmötet där vi tillber Gud och ”tar del av sakramentet för att minnas Jesus Kristus och hans försoning”.[1] Att under den här speciella tiden inbjuda andra till ett julsakramentsmöte är ett underbart tillfälle för dem att känna Anden, komma närmare Frälsaren och stärka sin tro på honom.

När vi inbjuder andra behöver vi inte oroa oss för resultatet. Frälsaren förstärker varje uppriktig ansträngning enligt sin egen vilja och tidsplan, och sitt eget sätt. Det viktiga är vår villighet att dela med oss av vår glädje i Kristus och hjälpa andra att känna hans kärlek och helande kraft på alla sätt vi kan.



FRÖJDAS HELA LIVET

Jag fröjdas över att Jesus Kristus villigt kom till jorden och utförde försoningen för att öppna vägen för oss att återvända till vårt himmelska hem. Hans villighet att stiga ner under allting så att han kunde återlösa oss och vara vårt ljus (se Läran och förbunden 88:6) är det yttersta uttrycket för gudomlig kärlek – något vi alltid kan fröjdas över.



Jesus Kristus levde för oss, han led, blödde och dog för oss,[4] eftersom han älskar oss. Att fröjdas i honom är inte begränsat till en enda period. Det är en livsstil. I varje tid och omständighet kan vi se till honom och vara hans lärjungar. Vi kan tjäna honom genom att tjäna andra så som han skulle tjäna. När vi gör det tränger vår kärleksfulle Frälsare in i detaljerna i våra liv och ger oss glädje, frid och tröst.

När vi minns hans födelse, hedrar hans heliga försoningsmission och ser fram emot hans återkomst, finner vi oräkneliga anledningar att fröjdas och hjälpa andra att göra detsamma. Jesus Kristus, vår Frälsare och Återlösare, ger oss verkligen all anledning att fröjdas under julen och alltid. ■

SLUTNOTER

1. *Predika mitt evangelium: Vägledning för att sprida Jesu Kristi evangelium* (2023), s. 87.
2. ”What Child Is This?” *Hymns for Home and Church,* Evangeliebiblioteket med engelska som förvalt språk.
3. ”Den levande Kristus: Apostlarnas vittnesbörd”, Evangeliebiblioteket.
4. ”I Stand All Amazed”, *Hymns*, nr 193.

Jag fröjdas också över vetskapen om att han kommer tillbaka! Om det dyrbara barnet som kom för länge sedan förkunnar en älskad julpsalm: ”Detta är Kristus, Kungen”[2] och han ska återvända för att ”regera som konungarnas Konung och som herrarnas Herre”.[3] Samme Jesus som låg i krubban ska en dag komma i majestät och makt. För dem som tror på hans namn och följer honom blir detta en stor dag att fröjdas över.

OCH ETT BARN SKA LEDA DEM, AV MICHAEL MALM. KOPIERING FÖRBJUDEN



Syster J. Anette Dennis
första rådgivare
i Hjälpföreningens
generalpresidentskap

JESUS KRISTUS – EN BEFRIARE FÖR OSS ALLA

Utan vår Frälsare skulle det inte finnas något ljus, inget liv och inget hopp.

”Och hon födde sin son, den förstfödde. Hon lindade honom och lade honom i en krubba, eftersom de inte fanns plats för dem i gästrummet.

I samma trakt fanns några herdar som låg ute och vaktade sin hjord om natten.

Då stod en Herrens ängel framför dem och Herrens härlighet lyste omkring dem, och de blev mycket rädda.

Men ängeln sade: ’*Var inte rädda!* Jag bär bud till er om en stor glädje för *hela* folket:

I dag har en Frälsare fötts åt er i Davids stad. Han är Messias, Herren’” (Lukas 2:7–11; betoning tillagd).

Dessa herdar kunde inte ha förstått den djupa betydelsen av det som ängeln förkunnade. Det är tveksamt om vi själva förstår den djupa betydelsen av dessa verser i skrifterna för *oss*. Det judiska folket på den tiden sökte en befriare – en frälsare som skulle befria dem från Roms styre och de svåra förhållanden de ofta måste utstå. Men de ”bud om en stor glädje” som ängeln förkunnade den natten betydde så mycket mer än befrielse från det romerska styret.

Dessa glada budskap var avsedda för *alla* människor i hela världen och i alla tidsåldrar. Dessa glada budskap innefattade befrielse för *alla* människor, troende såväl som icke troende – även de som aldrig hade hört Kristi namn. Dessa glada budskap tillkännagav en Befriare som hade förmågan att befria oss *alla* från *all* slags fångenskap, inklusive syndens, dödens och det eviga mörkrets fångenskap. Tack vare honom kan *alla* uppstå, även de som inte tror på honom.

PANELER FRÅN *POLYPTYK AV JULKRUBBA*, AV ROSE DATOC DALL, KOPIERING FÖRBJUDEN



FRÄLSARENS FÖRSONING

Och hur skulle vårt tillstånd vara utan Frälsaren och hans obegränsade försonings gåva, inklusive uppståndelsen? Profeten Jakob förklarade vad vår slutliga bestämmelse skulle bli utan denna härliga gåva. När vi läser de här verserna ökar vår förståelse av betydelsen av uttrycket ”bud om en stor glädje”.

”Därför måste det nödvändigtvis finnas en obegränsad försoning – om det inte vore en obegränsad försoning kunde denna förgänglighet inte iklä sig oförgänglighet. Den första domen som fälldes över människan måste därför ha blivit oändligt bestående, och i så fall skulle detta kött ha lagts ner för att ruttna och förmultna i sin moder jord, för att aldrig mer uppstå.

O, vilken Guds visdom, vilken barmhärtighet och nåd! För se, om köttet aldrig mer skulle uppstå skulle våra andar underkastas den ängel som föll från den evige Gudens närhet och blev djävulen för att aldrig mer uppresas.

Och våra andar skulle ha blivit som han, och vi skulle ha blivit djävlar, en djävuls änglar, för att utestängas från vår Guds närhet och förbli hos lögnernas fader i elände liksom han själv …

O, hur stor är inte vår Guds godhet som bereder en väg för vår flykt ut ur detta hemska vidunders grepp, ja, detta vidunder, död och helvete, som jag kallar kroppens död och även andens död …

O, hur storslagen är inte vår Guds plan!” (2 Nephi 9:7–10, 13).

Tack vare vår käre Frälsare har vi en Befriare från det hemska vidundret, död och helvete! Vi bör verkligen känna oss välsignade av dessa glada budskap om stor glädje varje dag under vårt liv! Utan Jesus Kristus och hans obegränsade försoning, som innefattar vår uppståndelse, skulle vi bli djävulens änglar och så småningom bli som han. Utan vår Frälsare skulle det inte finnas något ljus, inget liv och inget hopp.

”Så älskade Gud världen att han utgav sin enfödde Son, för att var och en som tror på honom inte ska gå förlorad utan ha evigt liv” (Johannes 3:16).

TACK VARE KÄRLEKEN

Vilken kärlek vår Fader i himlen hade till var och en av oss, sina barn, att han sände sin enfödde Son till jorden för att visa oss vägen och bli vår Befriare. Vilken kärlek vår käre Frälsare Jesus Kristus hade till sin Fader och till var och en av oss att han lade ner sitt liv så att vi kan ha en försäkran om odödlighet och hoppet om evigt liv när vi kommer till honom.

President Dallin H. Oaks har sagt:

”Även i världsligt avseende har Jesus från Nasarets liv haft en större inverkan på den här världen och dess historia än någon annan persons liv som någonsin levat. Han har varit profeters och poeters främsta fokus i tusentals år. Västvärldens mest storslagna konst och



musik är hyllningar till Jesu Kristi födelse, liv och mission. Filosofer och teologer har ägnat sina liv åt att studera hans lärdomar. Dessa lärdomar har inspirerat till oräkneliga goda gärningar, manifestationer av Kristi rena kärlek …

Miljoner människor har gett sina liv – och viktigare än så, miljoner människor har tagit till sig Herren, Israels Gud, Jehova, Jesus Kristus, vår Frälsare, som förebild i sina liv.”[1]

Förstår vi verkligen omfattningen av budskapet till herdarna den natten? ”*Var inte rädda*! Jag bär bud till er om en stor glädje för *hela* folket.”

Tack vare honom behöver vi inte vara rädda. Tack vare honom kan våra relationer bestå bortom graven. Tack vare honom finns det alltid hopp och alltid hjälp, även för nära och kära som har gått vilse. Tack vare honom kan vi få gudomlig styrka att uthärda livets sorger och svårigheter och vara säkra på vår slutliga befrielse från *all* slags fångenskap. Tack vare honom och med honom kan vi stå fasta mot Satans angrepp och inte rubbas.

VÅR SÄKRA GRUNDVAL

Som profeten Helaman förkunnade: ”Och kom ihåg, mina söner [och mina döttrar], kom ihåg att det är på klippan, vår Återlösare, som är Kristus, Guds Son, som ni måste bygga er grundval, så att när djävulen sänder sina mäktiga vindar, ja, sina pilar i virvelvinden, ja, när allt hans hagel och hans mäktiga storm piskar er, ska detta inte ha någon makt att dra er ner till eländets och det oändliga lidandets avgrund, tack vare den klippa som ni är byggda på och som är en säker grundval, och om människorna bygger på denna grundval *kan de inte* falla” (Helaman 5:12; betoning tillagd).

När vi bygger på Jesu Kristi, vår Återlösares klippa, *kan vi inte* falla. Han är vår ledstång av järn[2] och vår säkra grundval. Jag vittnar om att det största glädjebudskap som man kan tänka sig förkunnades av ängeln den där stjärnklara natten – den största gåva vi någonsin kunde få var vår käre Frälsares och Återlösares födelse, liv, försoningsoffer och uppståndelse. Jag är så tacksam mot vår Fader i himlen för gåvan som är hans enfödde Son. Jag är så tacksam mot vår Frälsare Jesus Kristus för hans villighet att vara vår Befriare – hela den mänskliga familjens och hela skapelsens Befriare.

Låt oss tala om, glädjas i och predika mer om Jesus Kristus! (Se 2 Nephi 25:26.) Jag vittnar om att han lever. Må vi alla sträva efter att få en djupare förståelse av och tacksamhet för dessa ”glada budskap om stor glädje”. ■

SLUTNOTER

1. Dallin H. Oaks, ”Glada budskap om stor glädje”, *Liahona*, dec. 2025, s. 4.
2. Se David A. Bednar, ”Men vi gav inte akt på dem”, *Liahona*, maj 2022, s. 15–16.



Äldste John D. Amos och syster Michelle Amos
Äldste Amos är generalauktoritetssjuttio



GÅVOR SOM VARAR FÖR EVIGT

Tack vare Jesus Kristus består Guds gåvor till långt efter julen.

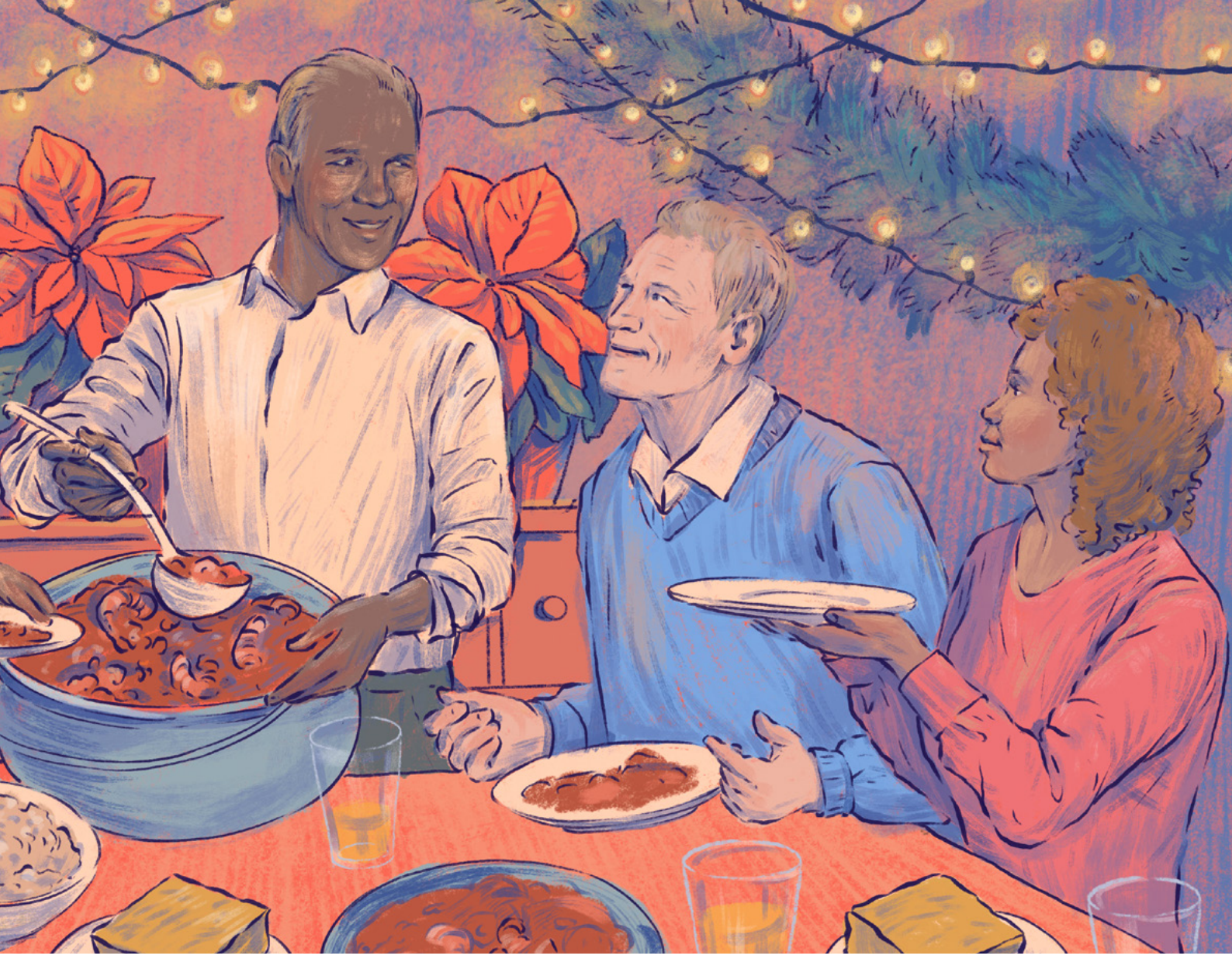


FOTO: MONIQUE SAENZ, BYU – HAWAII

I nästan varje hem du besöker under julen i vår hemstat Louisiana i USA hittar du förmodligen en gumbo-fest. Gumbo är en mustig, närande och smakrik soppa – en signaturrätt i Louisiana – perfekt för den kalla julen.

Det finns otaliga varianter, men gumbo börjar vanligtvis med roux,[1] selleri, paprika och lök, i kombination med buljong och kött som till exempel kyckling, andouillekorv eller skaldjur, som tillagas tillsammans och serveras varm över ris. Gumbo är vanligtvis kryddstark. En gång smakade äldste Amos på gumbo som var så kryddstark att näsan och ögonen rann, och den fick till och med hans hårbotten att klia! Naturligtvis finns det också recept som inte är så kryddstarka, vilket säkerställer att det finns något för alla. Sedan, till efterrätt, kan du njuta av sötpotatispaj, praliner eller beignets – friterade bakverk.

Att dela med oss av mat är en viktig del av julen för oss. Det är en gåva som omfamnar familj, vänner och grannar med gästfrihet och värme. Men hur meningsfull maten vi delar med oss av än må vara, kan vi ta emot och dela större gåvor med andra omkring oss.

Det Jesus Kristus föddes till att utföra gör hans födelse evigt betydelsefull och möjliggör varje evig gåva.

EN MYCKET DYRBAR GÅVA

Det verkar som om människor är vänligare, tålmodigare, mer kärleksfulla och mer givmilda under julen. När vi stannar upp och begrundar varför, har det utan tvekan att göra med det storslagna i Jesu Kristi födelse – änglar som förkunnade glädjebud för herdarna, en ny stjärna på himlen, Marias och Josefs långa resa och de vise männen som erbjöd Guds Son gåvor.

Men julens sanna innebörd sträcker sig längre än så. Jesus Kristus är vår Frälsare och Återlösare. Hans försoningsoffer och uppståndelse – det han villigt gick igenom för oss och anledningen till att han gjorde det – fördjupar innebörden av hans födelse.

Äldste Amos växte upp med påsktraditioner som fokuserade på Frälsaren. Varje år ägnar vi veckorna före påsk åt bön, fasta och begrundan av Frälsarens offer. Detta särskilda fokus påverkar hur vi upplever julen, liksom minnet av det som president Russell M. Nelson (1924–2025) en gång sa: ”Den främsta anledningen till att vi firar jul är på grund av påsken.”[2]

Utan Frälsarens upplevelser i Getsemane och på Golgata och den underbara verkligheten att han uppstod skulle han bara ha varit ännu ett fint barn.[3] Det han föddes till att utföra gör hans födelse evigt betydelsefull och möjliggör varje evig gåva.

HOPPET OM EN EVIG FAMILJ

För oss innebär julen att vi är tillsammans med vår familj. Vi reser ofta – ibland långt – för att vara med nära och kära. Det kräver att vi offrar av vår tid och våra medel, men det är det värt.

Syster Amos kommer från en stor familj. Hon är yngst av tio barn. Varje jul samlas hennes familj i Baton Rouge i Louisiana för en vecka fylld av aktiviteter med familjen i centrum. Vi har en stor födelsedagsfest för alla, en filmdag och andra roliga aktiviteter.

Hennes mor, som nu är över 90 år, besöker templet varje onsdag, så vi planerar också en tempeldag under veckan för alla som kan besöka templet. Att vara i templet tillsammans förenar oss och påminner oss om att Jesus Kristus ger hopp om att familjer kan vara tillsammans för evigt. Genom prästadömets återställda makt och myndighet kan familjer beseglas för tid och all evighet. När vi är tillsammans under julen påminns vi om den här gåvan som vår Frälsare gav så kärleksfullt.

LJUS OCH LIV

Vi älskar att det är en stjärna – en symbol för ljus – som representerar Frälsarens födelse. Det är passande eftersom han är världens ljus. Precis som stjärnan vägledde de vise männen till Jesusbarnet, kommer hans ljus till alla som söker honom. Vi behöver hans ljus. När vi följer honom känner vi sanningen i änglarnas budskap om frid på jorden och välvilja mot människor (se Lukas 2:14).

Julen är en speciell tid för att dela med sig av Frälsarens ljus – att lyfta andra, bygga upp dem och göra det som han skulle göra. Ljusen vi ser på hus, träd och vart vi än går under julen påminner oss om Jesus Kristus och det ljus, det hopp, den glädje och den frid han ger världen. Hans ljus är allting. Att sprida hans ljus är en underbar gåva som vi kan ge till alla, inte bara under julen utan alltid.

Jesus Kristus är också världens liv. I Getsemane led han för våra synder för att erbjuda förlåtelse och barmhärtighet om vi omvänder oss och kommer till honom. Han led också för våra smärtor, bedrövelser och sjukdomar så att han kan hjälpa oss när vi behöver det (se Alma 7:11–12).

På korset gav han villigt sitt liv för oss för att ge oss odödlighetens gåva. Uppståndelsen kommer till alla, men evigt liv är också en gåva – den största gåva vår himmelske Fader kan ge oss (se Läran och förbunden 14:7) – men vi måste omvända oss, hålla buden och ingå och hålla heliga förbund för att få den gåvan. När vi följer Jesus Kristus får vi hans gåvor, varav ingen är tillfällig.

FRID OCH TACKSAMHET

En annan gåva som bara Jesus Kristus kan ge är frid. Det är som att springa ett maraton i stället för ett kort sprinterlopp – friden kommer när vi konsekvent strävar efter den under hela livet. Till exempel befaller Herren oss klokt nog att gå i kyrkan varje söndag för att ta del av sakramentet. På så sätt kan vi på nytt förplikta oss till vårt lärjungaskap och uppleva andlig förnyelse. Att varje dag studera skrifterna, be och omvända sig ger också frid.

Frid är inte ett tillstånd som vi uppnår och sedan blir kvar i. Vi får frid genom att ständigt lyda buden och hålla våra förbund. Även under svåra tider kan vi känna frid i Jesus Kristus.

Tacksamhet fördjupar våra känslor av frid. När vi verkade som missionsledare i Louisiana kom missionärer ibland till äldste Amos under en andlig kris. Vid sådana tillfällen kände äldste Amos sig ofta manad att uppmana dem att fokusera sina böner på tacksamhet (se Alma 37:37). Han sa till dem att om de skulle samtala om tio saker med Herren i bön, att de då skulle låta nio av dem vara uttryck för tacksamhet, att erkänna hans hand i deras liv och att vara tacksamma för möjligheten att tjäna som missionär. Resultaten av att uttrycka tacksamhet är fantastiska – vi upplever en gladlynt inställning, större optimism, tydligare uppenbarelse och djupare tillit till Herren Jesus Kristus.

Vi kan visa vår tacksamhet genom tjänande (se Mosiah 2:17). Tjänande behöver inte vara något storslaget. Det kan helt enkelt vara att skjutsa någon till kyrkan eller sitta med någon som känner sig utanför, är äldre eller ensam. Sådant tjänande kan ge glädje till oss och till människor omkring oss.

GÅVOR AV KÄRLEK

Underbara jultraditioner, som att dela med sig av gumbo, för människor samman. Men vad som är ännu viktigare är att det är Jesu Kristi evangelium som verkligen förenar Guds barn i kärlek.

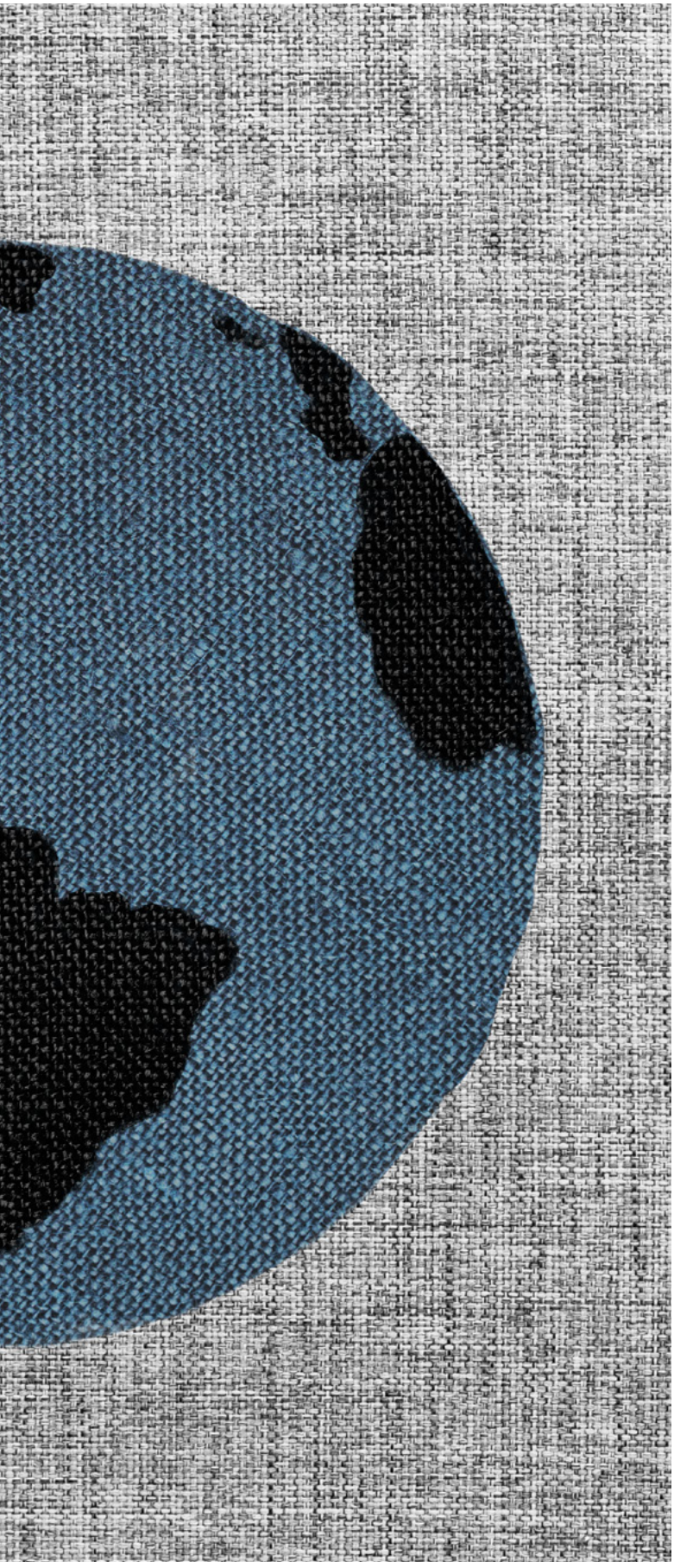
När vi deltar i stavskonferenser runt om i kyrkan förundras vi ständigt över den omedelbara kärlek och samhörighet vi känner med medlemmar vart vi än kommer. Detta kommer av vår gemensamma kärlek till Frälsaren och hans evangelium. Dessa stavskonferenser flyger alltid förbi så fort på grund av det andliga kamratskap vi upplever med våra bröder och systrar – medlärjungar till Jesus Kristus över hela världen. Endast Jesu Kristi evangelium kan skapa sådan kärlek och enighet!

Kärlek är innebörden bakom varje sann gåva – särskilt Faderns gåva i form av hans enfödde Son (se Johannes 3:16). Julen påminner oss om denna kärleksgåva. Tack vare Jesus Kristus kan gåvorna eviga familjer, ljus, liv och frid fylla våra hjärtan med tacksamhet – inte bara under julen utan *för evigt.* ■

SLUTNOTER

1. Roux är en redning av mjöl och fett som kokas samman och används för att göra såser tjockare.
2. Russell M. Nelson, ”Svaret är alltid Jesus Kristus”, *Liahona*, maj 2023, s. 127.
3. Se Gordon B. Hinckley, ”Den förunderliga och sanna berättelsen om julen”, *Liahona*, dec. 2000, s. 6.





ILLUSTRATIONER: MICHAEL DUNFORD.

HÖJ MED GLÄDJE DIN RÖST:

JULSÅNGER FRÅN HELA VÄRLDEN

Redaktionens anmärkning: Det här är en serie artiklar om andlig musik och den nya psalmboken, Psalmer för hemmet och kyrkan, *som ges ut 2027. För att läsa andra artiklar i serien, se juni- och oktobernumren av* Liahona.

När vi sjunger andliga sånger i den nya psalmboken uttrycker vi glädje över Kristi födelse tillsammans med andra runt om i världen.

Melanie Jex
Kyrkans musikteam

På julen firar människor runt om i världen Frälsarens födelse genom att sjunga och lyssna på älskade julsånger. En del skrevs för körer och sjungs i stora katedraler. Andra färdes vidare genom muntlig tradition och sjöngs vid brasaftnar och i små kyrkor. Nu samlas några favoritsånger från olika delar av världen i kyrkans kommande psalmbok, *Psalmer för hemmet och kyrkan*.

Den nya psalmboken publiceras på engelska, spanska, portugisiska och franska år 2027, och andra språk kommer därefter. Men medan vi väntar på psalmboken kan vi njuta av psalmerna som har släppts digitalt. Några av de nyutgivna julsångerna är inte alls nya. De har sjungits och älskats av kristna i århundraden.

När vi använder de här sångerna hemma och i vår familj kan vi känna ett band till dem som har sjungit dem före oss. Här är en titt på hur några av de här julsångerna kom till.

”STILL, STILL, STILL”

Den här sången kommer från Salzburg i Österrike – samma del av världen som gav oss ”Stilla natt”. Staden, som ligger vid foten av Alperna, har en rik musikhistoria och är födelseplats för kompositören Wolfgang Amadeus Mozart. Men personen som skrev ”Still, Still, Still” är okänd. Sången färdes vidare genom muntlig tradition och publicerades första gången i en samling av Salzburgs folksånger 1865.[1]

Originaltexten till ”Still, Still, Still” fokuserar på en bild: en mamma som ammar sin nyfödde son medan hon sjunger en vaggvisa för honom. ”*Mein liebes Kindlein*” (”mitt kära lilla barn”), sjunger mamman. Änglar lägger till sitt vackra ackompanjemang medan Maria förundras över kärleken från Gud som sände detta barn till jorden. Det är en gemytlig stund, full av frid och stilla förundran som inbjuder oss att känna kärlek till Kristus och tacksamhet för Marias villighet att vara hans jordiska mor.

I senare versioner av sången lades bilder som stjärnor och fallande snö till, men i *Psalmer för hemmet och kyrkan* återvänder sången till den ursprungliga scenen med en mor och hennes barn. Många österrikare förknippar denna julsång med barndomsminnen, av föräldrar som sjunger för sina barn. Den enkla stilen och de upprepade fraserna är perfekta för en vaggvisa.

Broder Helmut Wondra från Wien i Österrike har varit engagerad i musik i hela sitt liv, från att sjunga i en gosskör som barn till att arbeta som konsertchef. För honom är ”Still, Still, Still” nära förknippad med den österrikiska traditionen att fira advent och jul på ett reflekterande, familjecentrerat sätt. ”Jag hoppas att andra känner sångens budskap om frid och gudomlig kärlek – särskilt när livet är hektiskt och komplicerat”, säger han. ”Det är en inbjudan att sakta ner och ta vara på stillsamma stunder under julen.”

”O COME, O COME, EMMANUEL”

En av de äldsta psalmerna i kyrkans psalmbok, ”O Come, O Come, Emmanuel”, använder flera namn på Jesus Kristus i skrifterna för att undervisa om vem han är. De här namnen hjälper oss att se de oräkneliga sätt varpå han når ut för att stärka, vägleda och trösta sitt folk.

De första kristna hade en kvällsbön, känd som vesper, som innehöll korta recitationer eller sånger på latin. Åtminstone så tidigt som på 800-talet fokuserade de här recitationerna på ett nytt namn för Kristus eller en av hans egenskaper varje dag under veckan före jul.[2]

En av dessa recitationer vädjade till *Oriens* (”soluppgången”) att skingra mörkret. En annan av dem bad *Rex Gentium* (”folkens konung”) att förena alla människors hjärtan. Och den sista före julafton uttryckte en längtan efter att *Immanuel* (ett hebreiskt ord som betyder ”Gud är med oss”) skulle komma och rädda sitt folk.

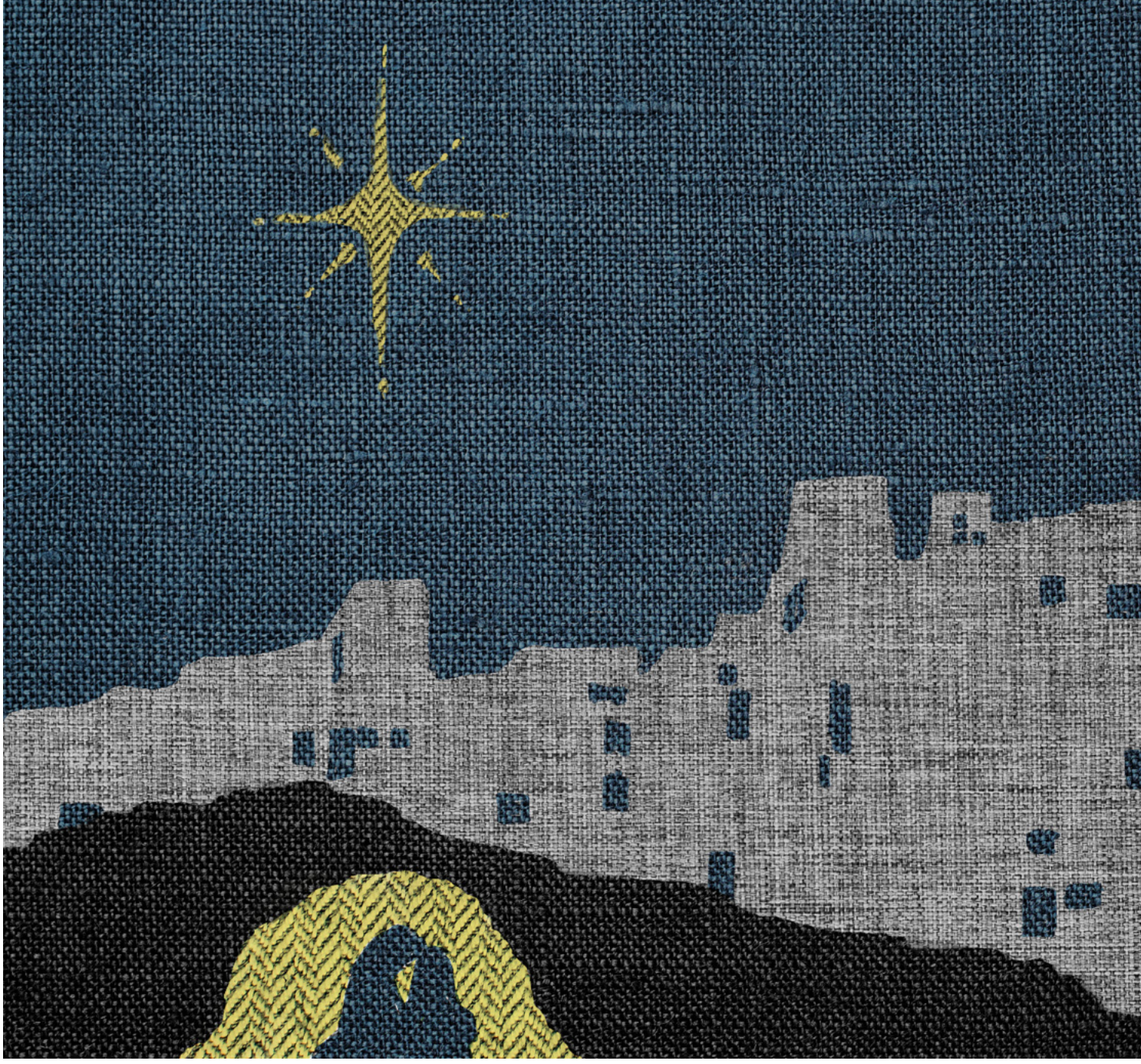
De här orden fick så småningom ett fast format med en rimstruktur som parades ihop med en medeltida melodi och blev den älskade psalmen ”O Come, O Come, Emmanuel”.[3] När vi sjunger den i dag sällar vi oss till troende över tusentals år som har väntat på Messias. Vi gläds åt hans födelse och ser fram emot den dag då han kommer tillbaka i härlighet.

”GO TELL IT ON THE MOUNTAIN”

Vår nästa julsång tar oss till södra USA under slaveriets smärtsamma era på 1800-talet. Också under denna mörka och svåra tid hördes sång från bomullsfälten när förslavade arbetare sjöng tillsammans. Deras modiga röster förmedlade budskap om hopp och uthållighet. När de sjöng hämtade de styrka från berättelserna om hur Herren befriade Israels förslavade barn i Egypten. Och de förkunnade den goda nyheten att Jesus Kristus älskar dem lika mycket som han älskar någon annan. ”Go Tell It on the Mountain” är en av sångerna de skapade.[4]

När broder Yahosh Bonner från Utah i USA växte upp hörde han sin mamma sjunga andliga sånger som hans förfäder hade sjungit i generationer. ”Sångerna påminner mig om den makt Frälsaren har att stärka oss genom svårigheter och trösta oss i sorger”, säger han. Broder Bonner och hans familj började uppträda tillsammans professionellt för att sprida det budskapet.

Han blev överförtjust när han fick veta att ”Go Tell It on the Mountain” ska finnas med i *Psalmer för hemmet och kyrkan*. ”Jag ramlade nästan av stolen! Jag kände tacksamhet, kärlek, tillhörighet och glädje! ’Go Tell It on the Mountain’ är en sång om stor glädje. Jesu födelse är den största gåvan till mänskligheten, och sången påminner oss om att vi bör dela Jesu Kristi gåva med alla.”



FÖRENADE I SÅNG

Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är spridd över hela jorden med över 17 miljoner medlemmar som talar 125 språk.[5] Att förenas som ett folk kan vara en utmaning. I ett tidigt skede av arbetet med den nya psalmboken uttryckte första presidentskapet målet att psalmboken skulle bidra till att ena medlemmarna i hela kyrkan. Ett sätt att göra det på är att lära sig sånger som har skapats och älskats i andra kulturer runt om i världen.

Äldste Gerrit W. Gong i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: ”Jag lär mig av trofasta medlemmar och vänner i alla länder och kulturer … Kulturella perspektiv fördjupar vår kunskap om evangeliet. Olika uttryck för kristuslika egenskaper fördjupar min kärlek till och kunskap om min Frälsare.”[6]

När vi sjunger dessa julsånger med vår familj och våra grannar kan vi mildra skillnader, stärka känslor av tillhörighet och förena våra hjärtan som Kristi efterföljare. Vi upptäcker en gemensam harmoni som återspeglar Guds världsomfattande familj. ■

SLUTNOTER

1. Se About the Hymns, ”Still, Still, Still”, Evangeliebiblioteket, med engelska som förvalt språk.
2. Dessa recitationer kallas ”O-antifoner” och har hittats i handskrifter från 800-talet. Se Hymnology Archive, ”The Great Antiphons”, hymnologyarchive.com.
3. Se About the Hymns, ”O Come, O Come, Emmanuel”, Evangeliebiblioteket, med engelska som förvalt språk.
4. Se About the Hymns, ”Go Tell It on the Mountain”, Evangeliebiblioteket, med engelska som förvalt språk.
5. Se Gerrit W. Gong, ”Ingen sitter ensam”, *Liahona*, nov. 2025, s. 40.
6. Gerrit W. Gong, ”Ingen sitter ensam”, s. 42.
7. Se Silent Night Association, ”History of the Song”, stillennacht.at/en.
8. Se Hymnology Archive, ”Adeste fideles”, hymnologyarchive.com.
9. Se Henry W. Longfellow, ”Christmas Bells”, *Our Young Folks: An Illustrated Magazine for Boys and Girls*, feb. 1865, s. 123.
10. Se Lorin F. Wheelwright, ”Star Bright (Estrella de Luz)”, *Instructor*, okt. 1959, s. 322–323. Samma månad publicerades den som ”Estrella de Luz (Star Bright)” i kyrkans spanska tidskrift (*Liahona*, okt. 1959, s. 234–235).
11. Se Felix Mendelssohn, ”No. 2 Lied” från *Festgesang … der vierten Säcularfeier der Erfindung der Buchdruckerkunst* (1840).

JULSÅNGS-QUIZ

1. Vilken julsång framfördes första gången på julafton år 1818 av två män till ackompanjemang av en gitarr?
2. Vilken julsång är också känd under sin ursprungliga latinska titel, ”Adeste Fideles”?
3. Vilken julsång inspirerades av inbördeskriget i USA?
4. Vilken julsång publicerades ursprungligen med både spansk och engelsk text tryckta tillsammans på samma notblad?
5. Vilken julsång använder en melodi som ursprungligen skrevs för att fira tryckpressens 400-årsjubileum?

SVAREN PÅ JUL-QUIZET

1. ”Stilla natt”. Orgeln i den lilla österrikiska kyrkobyggnaden var enligt uppgift i dåligt skick, så en gitarr användes.[7]
2. ”Församlens I trogne”.[8]
3. ”I Heard the Bells on Christmas Day” inbördeskriget rasade fortfarande när Henry Wadsworth Longfellow publicerade den här dikten i februari 1865. Han skrev ursprungligen ytterligare två verser som uttryckte hans sorg över kriget.[9]
4. ”Star Bright”. När den publicerades i oktober 1959 stod den engelska texten och den spanska texten med den ena ovanför den andra. Den spanska texten trycktes kursivt.[10]
5. ”Lyss till änglars bud och sjung.” År 1840 komponerade Felix Mendelssohn ”Gutenbergkantaten” för tryckpressens 400-årsjubileum. Sexton år senare bearbetade William H. Cummings en del av kantaten så att den passade texten i ”Lyss till änglars bud och sjung”.[11]

Jeffrey Cannon
Kyrkans historiska avdelning

I Herrens ärenden i Kongo

Hon gjorde en 77 dagar lång resa och gick många mil för att inställa sig för sin mission.

28-åriga Epiphanie Biayandi kunde höra skottlossning från sitt hem i Brazzaville i Republiken Kongo. Hennes land befann sig i inbördeskrig och strider hade brutit ut i Brazzaville mindre än två veckor efter att hon fått sin missionskallelse i december 1998. Inbördeskrig rasade också i grannlandet Demokratiska republiken Kongo, dit hon hade kallats att verka.

För att inställa sig på missionen i Kinshasa, huvudstaden i Demokratiska republiken Kongo, var Epiphanie tvungen att korsa Kongofloden som flöt mellan de två länderna. Resan skulle bli svår och farlig, men hon hade fått en missionskallelse från Herrens profet och ingenting skulle hindra henne från att åka.

RÄDDA SJÄLAR

Fyra år tidigare, strax efter sitt dop i augusti 1994, hade Epiphanie börjat känna Herrens maning om att verka som missionär.

I oktober året därpå presiderade president Howard W. Hunter (1907–1995) över sin enda generalkonferens som kyrkans president. Orden i hans sista tal gjorde ett starkt intryck på henne: ”Vårt arbete är att frälsa själar, att inbjuda människor att komma till Kristus … Evangeliet visar den enda vägen för världen att någonsin uppnå fred.”[1]

Epiphanie visste att Herren hade ett viktigt arbete för henne att utföra. Hon visste vad krig var, men Herrens profet lovade att Jesu Kristi evangelium skulle ge frid [och fred] för henne, för hennes hem och för världen. Hon bestämde sig för att hon måste bli missionär och predika det evangeliet, oavsett hur svårt det skulle bli.



ILLUSTRATIVT FOTO: ADOBE STOCK



Efter sin mission fortsatte Epiphanie att tjäna Herren. I dag har hon och hennes man fem barn och är förrättningstjänare i Kinshasa tempel i Demokratiska republiken Kongo.

EN FÖRRÄDISK RESA

Epiphanie ägnade de följande fyra åren åt förberedelser för att verka som missionär och utbildade sig samtidigt till sjuksköterska. Hennes familj förstod inte varför hon hade gått med i en ny kyrka. Hennes farbror hade till och med slängt hennes första exemplar av Mormons bok. De stöttade inte heller hennes planer att verka som missionär. Efter att hon avslutat sin utbildning till sjuksköterska undrade de varför hon gav upp det för att verka som missionär.

Trots deras motstånd packade Epiphanie den 18 december 1998 sina väskor och började gå. Hon skulle inte infinna sig i missionshemmet i Kinshasa förrän den 10 februari, men hon förväntade sig en lång resa. Fastän Kinshasa låg på andra sidan floden måste hon gå norrut för att hitta en säkrare övergång.

Medan hon gick tänkte hon på tidiga medlemmar i kyrkan som fick utstå våldsam förföljelse, och hon tänkte på Nephi. Hon hade studerat Mormons bok i en institutkurs som förberedelse för sin mission och hade börjat beundra Nephi som en personlig hjälte.

Hon imponerades av hans beslutsamhet att ”göra det som Herren har befallt” och hans tro på att Herren skulle ”bereda en utväg” för honom så att han kunde utföra det Herren bad honom om (1 Nephi 3:7). Hon fann frid i vetskapen om att Herren hade väglett Nephi genom vildmarken och hjälpt honom att få tag på mat. Hon visste att Anden vägledde henne också. Men med krig på båda sidor av floden befann hon sig ändå på en farlig resa.

FRIDENS EVANGELIUM

Efter att ha vandrat i fem dagar hittade Epiphanie en plats där hon kunde ta en urholkad kanot till andra sidan floden. Hon lastade på sitt bagage och började paddla.

På den motsatta stranden hittade Epiphanie en by. Hon kände ingen, men trots krigets kaos välkomnade de henne och gav henne mat och en plats att sova. När det var dags att gå berättade de hur hon skulle ta sig till Kinshasa. När hon gick söderut försvann stigen ibland, men hon fortsatte gå. Vid en punkt tvingades hon krypa längs ett stup och klamra sig fast vid klippväggen. Men hon fortsatte.

Epiphanie anlände slutligen till Kinshasa den 5 mars 1999 – 77 dagar efter att hon hade lämnat sitt hem. Hon hade vandrat drygt 36 mil genom två olika länder mitt under inbördeskrig.

Hennes missionspresident avskilde henne och efter två dagars utbildning började hon tjäna tillsammans med sin nya kamrat för att sprida Herrens evangelium om frid. När hon hade varit i missionen i omkring två veckor skrev hon ett brev till sin missionspresident.

”Det verk som jag är kallad till är stort och förunderligt”, skrev hon till honom. Kanoner avfyrades fortfarande i Epiphanies land och i Demokratiska republiken Kongo, men hon hade påbörjat det verk hon hade kallats att utföra: att inbjuda andra att komma till Kristus och finna frid i honom.

Efter sin mission fortsatte Epiphanie att tjäna Herren. Hon har verkat i många ämbeten och var från 2021 till 2025 områdesrådgivande för organisationer i området Centrala Afrika.[2] I dag har hon och hennes man fem barn och är förrättningstjänare i Kinshasa tempel i Demokratiska republiken Kongo. ■

SLUTNOTER

1. Howard W. Hunter, ”Följ Guds Son”, *Nordstjärnan*, jan. 1995, s. 88.
2. Se ”Meet the Sisters Who Have Just Been Called as Area Organisation Advisers”, *Liahona*, aug. 2021, lokala sidor för området Centrala Afrika, Gospel Library.



JAG HOPPAS ATT MAMMA ÄR STOLT ÖVER MIG

Nisha Sathiyanathan, Utah, USA

Jag tror att om Gud älskar mig och har en plan för mig, ett föräldralöst barn som föddes i Indien med ytterst lite hopp, så måste han ha en plan för alla.

Jag föddes på Moder Teresas hem för föräldralösa och fattiga i Goa i Indien.[1] Min mamma och syster ansågs vara ”oberörbara”,[2] men Moder Teresas missionärer plockade upp dem från gatorna och välkomnade dem till sitt hem.

Min syster och jag var tillsammans där i ett år, men jag lämnades i stort sett ensam i en spjälsäng. Det fanns helt enkelt för många bebisar för att jag skulle få någon större uppmärksamhet. Under vårt andra år i hemmet flyttades vi till ett privat barnhem. Jag minns ingenting från min tid i Indien, inte heller min mamma.

När jag var två och ett halvt år adopterade ett kärleksfullt par från Utah min syster och mig. De adopterade också två andra barn från Indien. Mina adoptivföräldrar är fantastiska och hårt arbetande. De lärde mig att arbeta hårt också, en gåva som hjälpte mig igenom college och svåra tider. Jag är också tacksam för att det var viktigt för dem att gå i kyrkan.

JAG VANDRADE MED ÄNGLAR

När jag växte upp tillbringade jag mycket tid ensam. Jag var annorlunda på många sätt, och inte bara på grund av min hudfärg. Jag hade inte på mig det senaste modet. Jag vill hellre sova länge än att lägga tid på hår och smink. Jag hade andra intressen än mina jämnåriga i skolan och i kyrkan, och jag hade svårt att få kontakt med dem. Jag hamnade ofta utanför och kände mig ibland osynlig.

Under högstadiet brukade jag gå omkring ensam och prata med Gud i bön. Men när jag ser tillbaka nu inser jag att jag inte vandrade ensam. Min himmelske Fader var med mig och sände änglar att vara med mig.

Jag tror att han sände änglar som omgav min spjälsäng i Indien för att skydda mig. Han gav mig kärleksfulla föräldrar. Församlingsmedlemmarna var jättesnälla mot mig, och biskopen och Unga kvinnors ledare brydde sig om mig och älskade mig.

Min himmelske Fader sände också änglar för att lyfta mig under ensamma stunder i high school. När jag gick i nionde klass frågade en tjej om jag ville sitta med henne på lunchen och vara med i hennes kompisgrupp. Det förändrade min värld.

När jag hade flyttat hemifrån fortsatte jag att vara aktiv i min församling för ensamstående. Men det gick åtta år utan att jag hade en dejt. Jag fortsatte att lita på Gud, och han hörde mina böner. Han hjälpte mig att hitta min man.

MINA STÖRSTA VÄLSIGNELSER

En av de största välsignelserna i mitt liv är att jag hittade Daniel, som är till hälften indier. Hans föräldrar skilde sig när han var liten och han växte upp med en ensamstående mamma. Efter vår andra dejt var vi alltid tillsammans.

Dagen när vi vigdes i Salt Lake-templet tre månader senare satt vi ensamma i det celestiala rummet i 30 minuter före ceremonin. I detta heliga rum kände vi närvaron av släktingar – förfäder från båda sidor av vår släkt. Vi kände att de deltog och vi visste att de var nöjda med vårt beslut. Det kändes så speciellt att ge ett löfte till Herren och varandra för evigheten.

Efteråt när vi tog bilder gick en liten flicka förbi, tittade på mig och frågade sina föräldrar: ”Är det där en prinsessa?” Jag kan inte föreställa mig en annan plats att vigas än i templet.

Mina andra stora välsignelser är våra två barn Naveen och Talishani. Det var svårt för mig att få barn, men min himmelske Fader hjälpte min kropp att släppa tidigare trauman och gav oss ett underverk. När jag ser mina barn



sova ber jag ibland att de ska veta att jag finns här för dem, att Gud älskar dem och att änglar vakar över dem.

Jag känner mig välsignad att jag kan ge våra barn det de behöver. När de gråter kan jag ta upp dem så många gånger jag vill och älska och trösta dem. Att vara gift med någon som förstår mig, att skriva om våra liv genom våra barn och ge dem en annan start än vad vi hade har varit helande för Daniel och mig.

Medan jag arbetade på en magisterexamen i socialt arbete kände jag mig en dag manad att titta i mina föräldrars arkivskåp efter min biologiska mammas mapp. När jag öppnade mappen ”Nisha” såg jag det: ”Sita Rani.” Jag hittade också hennes tumavtryck som visade att jag kunde bli adopterad.

När jag tänkte på henne ville jag känna att hon var en del av min familj. Vår himmelske Fader känner våra hjärtans önskningar, och han beredde ett sätt för mig att utföra tempeltjänst för henne. Det var en sådan välsignelse att ha henne i mitt släktträd.

Jag hoppas att hon får se mitt liv. Jag hoppas att hon vet att jag är lycklig. När jag träffar henne igen hoppas jag att hon ska vara stolt över mig och hur jag har försökt leva.



GUDS PLAN FÖR VAR OCH EN AV OSS

När jag fick min patriarkaliska välsignelse som ung vuxen fick jag perspektiv på mitt förflutna och min framtid, vilket hjälpte mig att inse att det är meningen att jag ska vara här och att Gud känner och älskar mig. Jag kunde ha dött på barnhemmet, så jag ser det som ett underverk att jag har den kropp och de förmågor som Gud har gett mig. Jag tror att om han har en plan för mig, ett föräldralöst barn som föttes med ytterst lite hopp, så måste han ha en plan för alla.[3]

Ni som känner er ensamma eller ledsna eller upplever att livet inte blir som ni hade hoppats: var öppna i era böner till er himmelske Fader. När vi är öppna får vi hjälp att ta kontakt med andra, och det har hjälpt mig att få kontakt med honom, ta emot mer personlig uppenbarelse och tjäna mer som Frälsaren tjänade. Titta efter hans hand i ditt liv så kommer du att se den.

Ge inte upp. Välj att ha en relation med Fadern och Sonen. Ni som oroar er över att skaffa barn på grund av att ni hade en tuff start i livet: inkludera Gud i ert äktenskap och er familj. Ni kommer att finna frid och läkedom.

Ja, jag räddades på jorden, men det som är ännu större är att vi alla kan bli ”räddade” genom Frälsaren Jesus Kristus. Om du behöver ett underverk den här julen, prata med din himmelske Fader. Han sänder änglar som hjälper dig. Jag är tacksam att han vakar över mig och tar hand om mig. Han älskar och bryr sig om dig också. Sträck dig bara ut till honom.

Jag älskar det här skriftstället i Nya testamentet:

”För jag är viss om att varken död eller liv, varken änglar eller furstar, varken något som nu är eller något som ska komma,

varken … höjd eller djup eller något annat skapat ska kunna skilja oss från Guds kärlek i Kristus Jesus, vår Herre” (Romarbrevet 8:38–39).

Jag vet att det är sant. ■

SLUTNOTER

1. Känt som Missionaries of Charity.
2. Under kastsystemet anses ”oberörbara”, eller utstötta, vara de lägsta i samhället och utsätts för hård diskriminering. Indien förbjöd kastsystemet 1950, men diskrimineringen av fattiga fortsätter.
3. Se Ulisses Soares och Craig C. Christensen, ”What Does It Mean for God to Have a Plan for Me?” [Vad innebär det att Gud har en plan för mig?] (video), Evangeliebiblioteket med engelska som förvalt språk.

Godis, julsånger och kärlek

Selina Ortega, Santa Cruz, Bolivia

Vi hade bara lite pengar, lite godis och våra röster, men Herren förvandlade våra små ansträngningar till något mycket mer.



Det är inte vanligt att man går från hus till hus och sjunger julsånger i Bolivia, men ett år bestämde mina vänner och jag oss för att göra det. Vi planerade att besöka familjer i vår stav, sjunga julsånger och dela med oss av godis.

Men när dagen kom hade jag en hemsk huvudvärk och tandvärk. Jag tog medicin och sov. När jag vaknade kändes det bättre.

Jag funderade på att inte gå dit, men så ringde min vän och Anden manade mig att göra det.

Jag träffade mina vänner på vår första anhalt. Därifrån tog vi en taxi för att besöka andra familjer och delade allihop på kostnaden. När vi sjöng för andra sa de att vi gav dem välbehövlig frid och tröst i själen.

När vi skulle besöka den sista familjen började det bli kallt och mörkt. Våra telefoner var nästan döda, vi var hungriga, vi hade gett bort alla våra godsaker och vi hade inga pengar kvar till en taxi. Vi var inte säkra på varför vi behövde besöka den sista familjen, men vi kände att vi borde göra det. Så vi gick hem till dem och sjöng kvällens sista psalm med ännu större glädje än tidigare.

Familjen tackade oss efteråt. Mamman sade att hon hade varit mycket ledsen dagen innan och att hennes make inte hade vetat hur han skulle muntra upp henne. Vår sång hade hjälpt.

Till vår förvåning bad de oss sedan att stanna och äta middag med dem och erbjöd sig att betala för taxiresan hem. Vi visste att Herren hade välsignat oss.

Jag förundrades över att våra små gärningar gav så mycket glädje till familjerna vi besökte. Herren visste att vi inte kunde ge mycket, men han vände våra innerliga ansträngningar till glädje, frid och helande.

Jag tänkte också på anledningen till att vi firar jul och den kärlek vår himmelske Fader visade genom att sända oss sin enfödde Son (se Johannes 3:16). Den kvällen kände jag ingen mer huvudvärk. Allt jag kunde känna var glädjen av att ha välsignat andra tillsammans med mina goda vänner.

Vi var bara en grupp på sex ungdomar som inte hade något storslaget att erbjuda – bara lite godis och några julsånger – men så mycket kärlek att ge. ■



I min himmelske Faders händer

Barbara Haupt Wheelwright, Utah, USA

Jag knäböjde och tackade min himmelske Fader för att han inte hade besvarat min första bön.

En jul väntade min man och jag vårt tredje barn. Vi var upptagna med att inte bara förbereda oss för julen utan också med att försöka måla färdigt sovrummen till våra andra barn. Jag bad om att ha en fullgången graviditet med den här sonen så att han skulle vara frisk. Jag bad också om att vi skulle kunna göra klart sovrummen och klara av julen innan han föddes.

Tre veckor före förlossningsdatumet satt jag på en träbänk i kyrkan och försökte göra mig bekväm. Jag kände mig som Maria. Jag undrade hur hon klarade den långa resan till Betlehem på en åsna när hon ”var havande” (Lukas 2:5). Vad begrundade och bad hon om? Hur kände hon inför att föda för första gången – och föda Guds Son – under sådana enkla omständigheter?

Medan jag tänkte sa Anden till mig att jag hade bett om fel sak. I stället för att be om att graviditeten skulle vara fullgången borde jag ha bett om en säker och hälsosam förlossning, punkt slut!

Jag ville fortfarande få saker gjorda innan barnet kom, men den kvällen bad jag: ”Himmelske Fader, jag är i dina händer. Låt din vilja ske.”

Nästa dag sa läkaren att barnet kunde komma när som helst. Jag åkte till sjukhuset den kvällen och morgonen därpå födde jag en frisk son på drygt tre och ett halvt kilo. Vi gav honom namnet Jonathan, som betyder ”Guds gåva”.[1]

Under förlossningen blev jag tillsagd att sluta krysta. Senare förklarade läkaren att Jonathans navelsträng hade virats två gånger runt hans hals. Om graviditeten med Jonathan hade varit fullgången skulle Jonathan ha strypts, vilket hade begränsat syretillförseln till hans hjärna.

När jag var ensam kröp jag ur sängen, knäböjde och tackade min himmelske Fader för att han inte hade besvarat min första bön. Han visste vad som pågick i min kropp och hade tagit hand om mig och mitt barn.

Äldste Ronald A. Rasband i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: ”Herrens hand leder er. Genom sin gudomliga plan finns han i de små detaljerna i era liv, så väl som i de stora händelserna.”[2]

Jag vet att detta är sant. Jag älskar och är så tacksam för vår allsmäktige himmelske Fader som hör och besvarar böner på sitt eget sätt och i sin egen tid. ■

SLUTNOTER

1. Se Alfred J. Kolatch, *Complete Dictionary of English and Hebrew Names* (1984), s. 125.
2. Ronald A. Rasband, ”Enligt en gudomlig plan”, *Liahona*, nov. 2017, s. 57.



Mitt julbudskap till Carlos

Olivia Winward, kyrkans tidskrifter

Jag delade med mig av ”budet om en stor glädje”, bara inte på det sätt som jag hade planerat.

När julen närmade sig planerade min missionskamrat och jag ivrigt några budskap med jultema som vi skulle ge dem vi undervisade i San Jose i Kalifornien.

Senare samma månad åkte jag på utbyte med en systermissionär som inte pratade spanska. När vi skulle besöka en spansktalande man i hennes område i San Jose som hade bett att få besök av missionärerna, var jag nervös över att undervisa själv.

Att ge ett av våra planerade julbudskap verkade vara den perfekta lösningen, men när jag träffade Carlos insåg jag snart att det inte var rätt metod. Carlos förklarade att han hade sett information på nätet om tempel. Det var därför han bad om att få träffa missionärerna.

”Jag vill besöka templet”, sa han.

Så vi pratade om templet. När jag förklarade att bara döpta medlemmar i kyrkan fick komma in i templet började vi prata om dop och vad det står i Mormons bok om det.

Sedan gjorde jag något som förvånade mig. ”Carlos”, sa jag, ”vill du döpas?”

Jag undrade om jag var galen som frågade det och vad min kamrat skulle tycka. Oavsett så kändes det som rätt sak att göra.

”Ja”, svarade Carlos.

Vi bestämde ett dopdatum som vi skulle arbeta mot, och min kamrat och jag började undervisa honom regelbundet. Hinder uppstod under hans resa mot dopet, men han mötte dem med tro på Jesus Kristus. Några månader senare döptes han.

Jag förundras när jag tänker tillbaka på mitt första samtal med Carlos. Jag förväntade mig att prata om julen. I stället uppmanade jag honom att döpas så att han kunde besöka templet. Med tiden insåg jag att de här två budskapen – Frälsarens födelse och välsignelserna av att ingå förbund med Gud – inte är två separata budskap.

När ängeln tillkännagav Kristi födelse för herdarna förkunnade han: ”Jag bär bud till er om en stor glädje” (Lukas 2:10).

President Dieter F. Uchtdorf, tillförordnad president för de tolv apostlarnas kvorum, har sagt: ”Jesu Kristi evangelium är sannerligen ’goda nyheter om en stor glädje’! [Luke 2:10, New Revised Standard Version]. Det är ett budskap om oförlikneligt hopp … himmelsk ynnest, högre förståelse [och] heligare förbund.”[1]

Dagen när jag undervisade Carlos om Jesu Kristi evangelium och uppmanade honom att ingå ett förbund med Gud, gav jag honom ett julbudskap – men inte det jag hade planerat. ■

SLUTNOT

1. Dieter F. Uchtdorf, ”En högre glädje”, *Liahona*, maj 2024, s. 67.



Jul i en stuga

Dennis A. Wright, Utah, USA

”Det var en så fantstisk jul”, sa hon. ”Jag ska aldrig glömma den.”

Som unga missionärer i England visste vi att julen skulle bli svår för familjen vi bodde hos. Mamman och hennes fem små barn var trofasta medlemmar i den lokala grenen, men hennes man gjorde livet svårt för dem genom att använda större delen av familjens inkomst på den lokala puben. Det var hjärtskärande att se familjen kämpa.

Vi ville hjälpa till och bestämde oss i oktober för att betala hyran direkt till mamman i stället för till pappan. I december köpte vi en liten gran till familjen och samlade in julgransdekorationer från grensmedlemmarna.

Julafton kom fridfullt, med julklappar som väntade under granen. Vi dramatiserade julberättelsen med mamman och barnen, och julens anda fyllde hemmet. Sedan hängde vi julstrumpor på spiselkransen. Senare fick vi veta att pappan inte kom hem den kvällen eller morgonen därpå därför att han var ute och drack.

På juldagsmorgonen vaknade barnen ivriga inför att öppna sina julklappar. Vi tände en eld i öppna spisen och njöt av varm choklad. Frid och glädje värmde den dragiga engelska stugan. Mamman hade fått våra pengar till hyran att räcka långt och gjort julen till den bästa någonsin.

Många år senare, när jag pratade med andra efter ett möte i ett möteshus i Idaho, kom en kvinna fram till mig och kramade mig entusiastiskt. Hon sa mitt namn och började gråta. Då kände jag igen henne som mamman i familjen jag hade bott hos i England, och mina ögon fylldes också av tårar.

”Det var en så fantastisk jul”, sa hon upprepade gånger. ”Jag ska aldrig glömma den.”

Det fanns inte ord nog att uttrycka vad jag kände när hon omfamnade mig. Hennes man hade dött, hennes barn var vuxna och vi hade båda åldrats. Men i det ögonblicket var vi tillbaka i England framför den öppna spisen i den gamla stugan och gladdes åt Kristi födelse.

Det var som president Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, har sagt: ”Den vänlighet vi erbjuder kanske är enkel och inte verkar märkvärdig på något sätt, men den kan ha – och kommer många gånger att ha – en bestående inverkan.”[1]

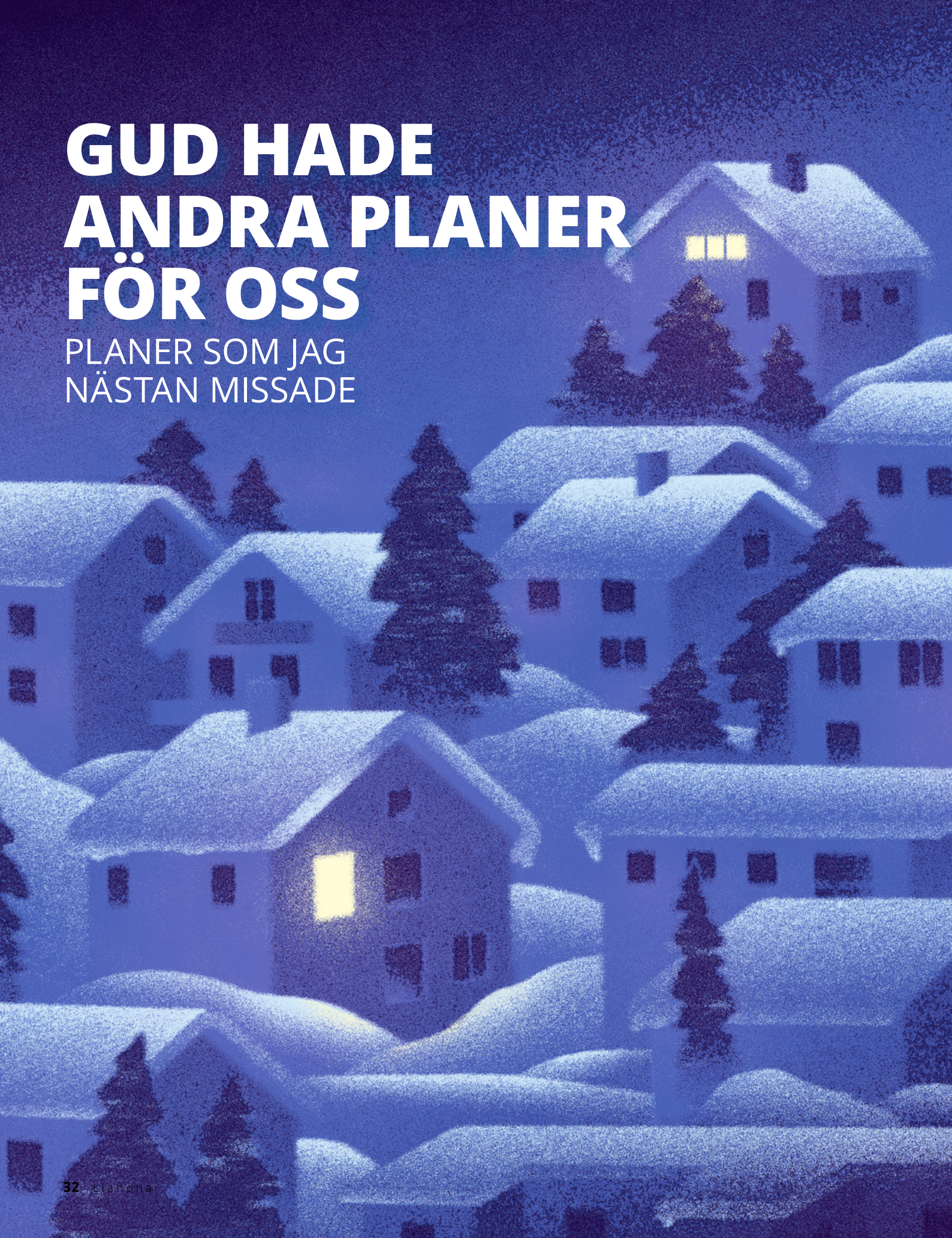
Än i dag kan jag höra oss sjunga tillsammans om en stilla natt när änglar och herdar hälsade Jesusbarnet som låg i en krubba. ■

SLUTNOT

1. Henry B. Eyring, ”Vänlighetens gåva” (första presidentskapets julandakt, 2025), Evangeliebiblioteket.

GUD HADE ANDRA PLANER FÖR OSS

PLANER SOM JAG NÄSTAN MISSADE



Det som kändes som ett olägligt avbrott var i själva verket en kärleksfull himmelsk Fader som påminde oss om att hans vägar är bättre än våra bästa planer.

Erryn Adams

Efter en underbar julafton nattade min man och jag våra fyra barn och slumrade oväntat till. Vi vaknade, bestörta över att vi inte var klara med att ordna för julen. Vi lade tyst julklappar under granen. Men natten fortsatte inte att vara tyst.

Inom några minuter efter att vi hade satt oss ner för att betrakta den vackra scenen ringde min mans telefon. Jag undrade vem som skulle ringa klockan två på natten efter julafton. Det var en 81-årig man som heter Herb.

Herb hade genomgått en knäoperation dagen innan och planerade att ta hand om sig själv, men hans återhämtning gick inte bra. Han var i dåligt skick och behövde hjälp. Han kunde inte resa sig ur fåtöljen för att gå på toaletten eller ens laga mat. Så han ringde min man, äldstekvorumets president, för att få hjälp.

När jag tänkte på hur olägligt tillfället var, hur gärna jag inte ville städa upp en röra och hur detta skulle göra en redan lång natt ännu längre, undrade jag om min man kunde åka dit själv. Men han var inte säker på att han kunde hjälpa Herb ordentligt utan mig, så jag väckte vår äldste son och gav honom ansvaret för sina syskon medan vi åkte för att hjälpa Herb klockan två på natten efter julafton.

När vi kom fram var Herb uttorkad, hungrig och hade ont. Vi flyttade honom från stolen och hjälptes åt att tvätta av honom. Han hade så ont att jag inte kunde låta bli att älska honom. Vi ville göra så mycket vi kunde för Herb. Vi rengjorde hans fåtölj, lagade lite mat åt honom, tog på honom rena kläder och stoppade om honom i fåtöljen med allt han kunde behöva tills vi kom tillbaka senare på juldagen.

När vi kom hem var klockan fyra på morgonen. Jag lade Herbs kläder i tvättmaskinen, tittade till våra barn och gick och lade mig.

Under dagarna som följde lagade vår familj mat åt Herb, satte upp belysning i hans lägenhet och tittade till honom morgon och kväll. Vi saknade honom när han så småningom togs in på ett vårdhem för att tillfriskna ordentligt.

DEN VERKLIGA GÅVAN: ATT LÅTA GUD RÅDA

Sedan dess har jag tänkt djupare på den där natten. Allting med den pekade mot Gud. Det som verkade olägligt var den perfekta tidpunkten. Det som verkade obekvämt var Gud som verkade bland oss.

De enda jag hade planerat att ta hand om den julen var min lilla familj. Men Gud hade andra planer för oss – planer som inkräktade på mina. Ibland kan jag inte se hur hans vägar skiljer sig från mina (se Jesaja 55:8), men hans planer är alltid bättre. Han gav oss chansen att älska ett annat av sina barn på julen. Jag är så tacksam för att han såg till att Herb inte behövde lida ensam.

”I vår strävan efter att tjäna precis som [Kristus] gjorde får vi tillfällen att glömma oss själva och lyfta andra”, har presiderande biskopen W. Christopher Waddell sagt. ”De här tillfällena kan ofta vara obekväma och pröva vår önskan att bli mer som Mästaren.”[1]

Det året hade jag hoppats och bett om att Gud skulle hjälpa mig att inse vilka välsignelser han hade för mig. Jag är så tacksam att vi inte gick miste om tillfället han gav oss att älska Herb den natten. Jag är tacksam för att Gud har tålamod med oss medan vi lär oss att ge upp våra planer för hans, att han aldrig överger oss och framför allt att han gav oss den heliga gåva som hans Son Jesus Kristus är. ■

Författaren bor i Idaho, USA.

SLUTNOT

1. W. Christopher Waddell, ”Precis som han gjorde”, *Liahona*, maj 2019, s. 20.

ILLUSTRATION: ALEX NABAUM

SÅNG, GIVMILDHET, VITTNESBÖRD –

och en gnutta Dickens



Kyrkans ledare delger sina kristuscentrerade jultraditioner som kan hjälpa oss att vända oss till Frälsaren.

”När vi firar minnet av vår Frälsares födelse blir vi mer lyhörda för det som är viktigast i livet”, har president Dallin H. Oaks sagt, ”Julen gör oss mer medvetna och tacksamma för de offer som har gjorts för oss.”[1]

Under årens lopp har apostlar och andra ledare i kyrkan talat om jultraditioner som har hjälpt dem att vända hjärtat till Frälsaren. Här är några:



President Henry B. Eyring

FÖRSTE RÅDGIVARE I FÖRSTA PRESIDENTSKAPET

”Mina föräldrar hade upplevt fattigdom och var därför sparsamma. Julklapparna vi fick var anspråkslösa. Men min mor hade en fyllig sopranröst.”

På julen samlades president Eyrings familj runt Winkler-pianot och hans mamma spelade och ledde familjen i att sjunga välbekanta julsånger och heliga psalmer.

”Redan som ung pojke kände jag en obeskrivlig glädje när jag sjöng de sångerna. Musiken fyllde vårt lilla hem med en känsla av frid. Jag kände inte bara kärleken från mor och far och två bröder, utan också från min himmelske Fader och Frälsaren Jesus Kristus.”[2]



Äldste Gary E. Stevenson

I DE TOLV APOSTLARNAS KVORUM

”När Lesa och jag blev föräldrar startade vi en tradition att skänka julklappar till en nödställd familj. Vi fick ofta namnet på en familj och barnens åldrar från en lokal välgörenhetsorganisation. Mycket tid och stora ansträngningar gick till att hitta de rätta julklapparna åt dem. Våra söner verkade tycka lika mycket om det här som att få egna julklappar på juldagen! Den här familjetraditionen av tjänande bidrog till att rista in julens sanna anda i våra hjärtan.”

Äldste Stevenson tillägger: ”Julens högtid känns som en lämplig tid att begrunda våra hjärtans andliga hälsa … Jag uppmanar var och en av oss att välja att göra något som på ett *yttre* sätt uttrycker våra *inre* känslor för vår Frälsare Jesus Kristus, som en gåva till honom det här året.”[3]



Äldste Dale G. Renlund

I DE TOLV APOSTLARNAS KVORUM

Jularna i äldste Renlunds barndomshem påverkades starkt av traditionerna i hans föräldrars hemländer: Sverige och Finland.

På julafton hade familjen ett smörgåsbord med traditionella delikatesser – köttbullar, risgrynsgröt, bröd, mjuka kakor och småkakor. Julaftonsfirandet avslutades med att *jultomten* kom. Han hade med sig julklappar till alla barnen. Men innan dess samlades familjen för att höra äldste Renlunds far läsa julberättelsen i Lukas 2.

Han läste om Kristi födelse och händelserna som ledde fram till den, samt om när Maria och Josef tog Jesusbarnet till templet i Jerusalem och träffade en man som hette Simeon.

”Där gjorde far alltid en paus. Sedan bar han sitt vittnesbörd. Alltid på samma kortfattade sätt förkunnade han med tung brytning: ’Jag kanske inte kan hålla det lilla Jesusbarnet i famnen, men jag vet, precis som Simeon visste, att det barnet var Guds Son, min Frälsare och Återlösare. Han är verklig, och han lever.’ Efter detta uttalande såg han på var och en av oss med sina genomträngande blå ögon och sa med en empatisk nickning: ’Och du kan också få veta det’ …

Manad av mina föräldrars vittnesbörd gick jag in på förbundsstigen med en önskan om att ’också få veta det’.”

Äldste Renlund tillägger: ”Av alla julklappar jag någonsin fått värdesätter jag mest vittnesbördets och trons gåva som min far och mor visade exempel på.”[4]



Äldste Gerrit W. Gong

I DE TOLV APOSTLARNAS KVORUM

På julen läser familjen Gong Charles Dickens *En julsaga* högt som familj – ibland hela berättelsen och ibland en förkortad version.

”Vi ryser när Jacob Marleys ande slår med sina kedjor. Vi uppmuntras när andarna från den förflutna, nuvarande och framtida julen hjälper Ebeneezer Scrooge att bli en ny människa.”

Dickens skrev berättelsen när det viktorianska England omprövade julens innebörd, förklarar äldste Gong. ”I en tid när många är oroliga, isolerade och ensamma berörde Dickens *En julsaga* en djup längtan efter vänskap, kärlek och förankring i kristna dygder, liksom Ebeneezer Scrooge fann frid och läkedom för sitt förflutna, nuvarande och sin framtid.”

Julens sanna innebörd för oss närmare vår Frälsare. ”I köttet vet Jesus Kristus hur han ska bistå oss med sitt inre fyllt av barmhärtighet”, sa äldste Gong. ”Då som nu firar julen tillhörighet, gemenskap och samhörighet med Jesus Kristus och med varandra.”[5]



Äldste Patrick Kearon

I DE TOLV APOSTLARNAS KVORUM

”Något av det jag tycker bäst om att göra när julen närmar sig”, säger äldste Kearon, ”är att sitta nära granen med alla andra lampor släckta och låta blicken bli suddig medan jag ser på granen som är täckt av små vita ljus. Med ögonen ofokuserade utvidgas varje enskilt ljus och blir mjukare där det återspeglas i små röda dekorationer. Effekten är förtrollande …

När mina ögon ser ömsom klart, ömsom suddigt på granen, påminns jag än en gång om Frälsarens gudomliga mission, som hamnar tydligt i fokus i dessa stilla ögonblick. Han sa: ’Jag är världens ljus. Den som följer mig ska inte vandra i mörkret utan ha livets ljus’ [Johannes 8:12]. Jag tänker på den heliga natt när han föddes, fylld av tacksamhet för Faderns gåva av glädje, hopp och kärlek som sändes till jorden med hans enfödde Son.

Sådana stunder av meditation och eftertanke kan bli alltför sällsynta för oss ju närmare julen vi kommer …

Vi måste vara noga med att inte bli så upptagna och trötta av att försöka göra för mycket att vi tappar fokus på julen och inte hinner, bildligt talat, knäböja vid krubban, dyrka den nyfödde kungen och framlägga vår egen personliga gåva till honom.”[6]



Äldste Gérald Caussé

I DE TOLV APOSTLARNAS KVORUM

”Under julen fylls vårt hem av julkrubbor från hela världen”, säger äldste Caussé. En av dem, en julkrubba från Provence i södra Frankrike, ligger särskilt äldste Caussés familj varmt om hjärtat.

”År 1789, under den franska revolutionen, beordrade den franska regeringen att kyrkorna skulle vara stängda på julafton, och som ett resultat började många familjer sätta ihop julkrubbor och sätta dem och placera dem i mitten av sitt hem.”

Det var miniatyrrepresentationer av folkets byar med små lerfigurer av bybor – präster, skollärare, handelsmän, bönder och andra. När julen närmade sig lades de bibliska figurerna till i mitten av byn. Traditionsenligt på julafton lade det yngsta barnet i familjen till Jesusbarnet till scenen.

”I slutet av julen”, förklarar äldste Caussé, ”kommer hela byn för att tillbe Jesus … Jag älskar den här vackra symbolen, för den vittnar om att Jesus Kristus är det centrala i vårt hem. ’Vi talar om Kristus’ som Herrens lärjungar. ’Vi gläds i Kristus, vi predikar om Kristus, vi profeterar om Kristus, och vi skriver i enlighet med våra profetior så att våra barn ska kunna veta till vilken källa de kan se för att få förlåtelse för sina synder’ [2 Nephi 25:26].”

Äldste Caussé fortsätter: ”Jag älskar traditionen, men det är inte bara en tradition. Det är verkligt. Jesus Kristus är verklig. Han är vår Frälsare och Återlösare.”[7]



Syster J. Anette Dennis

FÖRSTA RÅDGIVARE I HJÄLPFÖRENINGENS GENERALPRESIDENTSKAP

”Under julen har vi alltid tyckt om att tänka på vad vi kan göra för att ge gåvor till Frälsaren när vi firar hans födelse”, säger syster Dennis. ”Vi vet att när vi tjänar andra så tjänar vi honom. För ett antal år sedan började vi ta med våra barnbarn till gåvoautomaterna.”

De samlade in sina barnbarn och gav dem en lista med saker från gåvoautomaterna som de kunde donera till någon behövande – som en get, höns, mat, varma kläder eller vaccinationer.

”Våra nio barnbarn var så glada över att få bestämma hur de skulle använda pengarna vi gav dem att lägga i gåvoautomaterna”, säger syster Dennis.

Sedan gick de till gåvoautomaterna tillsammans, och några av barnen lade ihop sina pengar för att donera något som var dyrare. ”Det var en av deras älskade jultraditioner.”[8]



Syster Amy A. Wright

TIDIGARE FÖRSTA RÅDGIVARE I PRIMÄRS GENERALPRESIDENTSKAP

”Ett av mina käraste barndomsminnen är när mina kusiner och jag samlades hemma hos mina morföräldrar för att dramatisera julberättelsen”, säger syster Wright. ”En morbror läste ur Lukas 2 och Matteus 2 medan en moster spelade motsvarande julpsalmer och vi alla sjöng tillsammans.

Mina föräldrar har fortsatt med den här vackra traditionen och lagt till något speciellt: När vi har dramatiserat julberättelsen turas var och en av oss om att läsa några meningar ur ’Den levande Kristus: Apostlarnas vittnesbörd’.

Att läsa från detta gudomligt inspirerade dokument har blivit min favoritdel av vår familjetradition. Det påminner mig om att hur mirakulös det dyrbara barnets födelse i Betlehem än var, så sträcker sig julens sanna innebörd långt bortom firandet av hans födelse och omfattar hans djupa budskap, hans inspirerande verksamhet och hans förutordinerade mission.”[9] ■

SLUTNOTER

1. Dallin H. Oaks, ”Fira jul” (första presidentskapets julandakt, 8 dec. 2024), Evangeliebiblioteket.
2. Henry B. Eyring, ”Den fullkomliga gåvan” (första presidentskapets julandakt, 2 dec. 2012), Evangeliebiblioteket.
3. Gary E. Stevenson, ”Låt varje hjärta bereda rum för honom” (första presidentskapets julandakt, 2 dec. 2018), Evangeliebiblioteket.
4. Dale G. Renlund, ”Och du kan också få veta det” (första presidentskapets julandakt, 5 dec. 2021), Evangeliebiblioteket.
5. Gerrit W. Gong, ”Oss är en Frälsare född” (första presidentskapets julandakt, 3 dec. 2023), Evangeliebiblioteket.
6. Patrick Kearon, ”Med julen i fokus” (första presidentskapets julandakt, 8 dec. 2019), Evangeliebiblioteket.
7. Gérald Caussé, Facebook, 17 dec. 2025, facebook.com/CausseGerald.
8. Se J. Anette Dennis, Facebook, 21 dec. 2022, facebook.com/RS1stCounselor.
9. Amy A. Wright, Facebook, 8 dec. 2025, facebook.com/Primary1stCounselor.
10. Dieter F. Uchtdorf, ”Seeing Christmas through New Eyes” [Se julen genom nya ögon] (första presidentskapets julandakt, 5 dec. 2010), Evangeliebiblioteket, med engelska som förvalt språk



JESU FÖDELSE, AV CARL BLOCH, FÅR ENBART KOPIERAS FÖR KYRKLIGT BRUK.

Dina jultraditioner

När du förbereder dig för att fira jul, tänk då på dina egna jultraditioner. Hjälper de dig att minnas och känna dig närmare Frälsaren? Kan du ändra på dem för att lägga mer fokus på honom? Finns det några nya traditioner du vill anamma?

President Dieter F. Uchtdorf, tillförordnad president för de tolv apostlarnas kvorum, har sagt: ”Jag ber att vi under den här tiden, och alltid, ska se renheten i berättelsen om Frälsarens födelse och känna uppriktig tacksamhet för hans liv, lärdomar och frälsande offer för oss. Må denna tacksamhet få oss att förnya vår beslutsamhet att följa honom.”[10]





Håller julen på att förlora sin magi? **Vänd dig till Kristus**

Aspen Yip
Kyrkans tidskrifter

Julen brukade kännas magisk. Varje år såg jag fram emot min familjs traditioner att doppa jordgubbar i en chokladfontän, göra ett rollspel av julberättelsen på julafton och utbyta julklappar.

Vi har fortfarande många av dessa traditioner, men av någon anledning har julen tappat sin glans för mig under de senaste åren.

Tack och lov återgav president Timothy L. Farnes, Unga mäns generalpresident, en berättelse som berörde mig och hjälpte mig inse vad jag gick miste om.

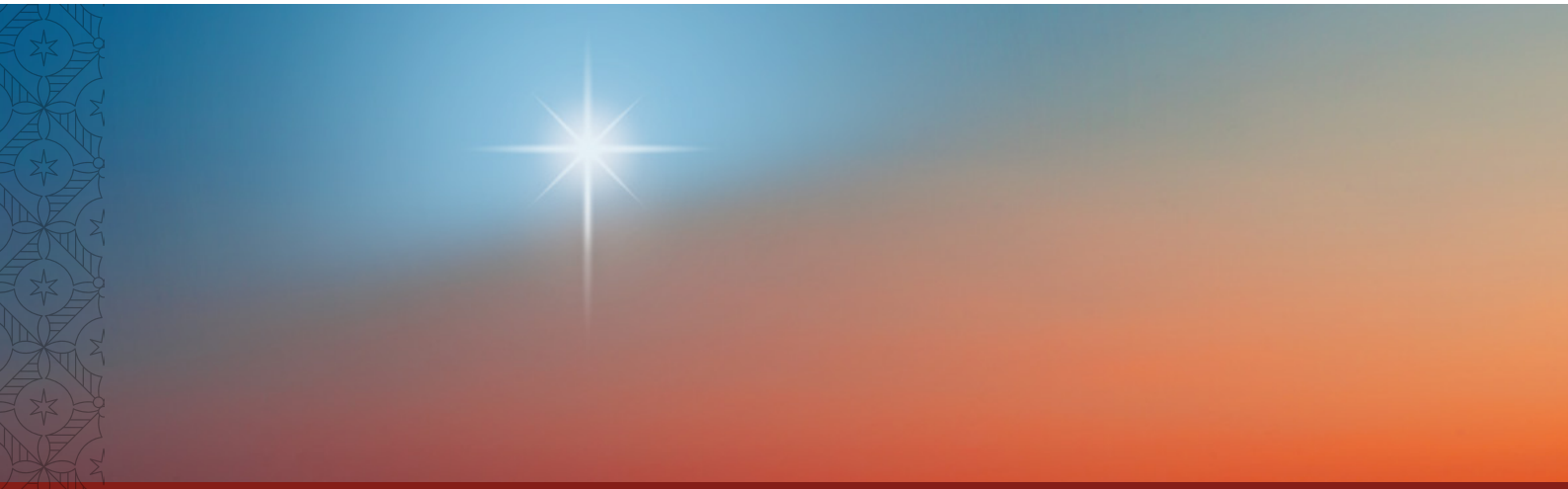
Han sa att han en jul upptäckte att hans tvååriga barnbarn hade arrangerat om deras julkrubbor så att alla figurer stod i en ring runt Jesusbarnet.

”Det räcker inte att bara vara på samma plats som Frälsaren”, förklarade han. ”Det räcker inte att luta sig lite åt hans håll, eller stå bredvid någon som står nära honom. För att helt ta emot Kristi gåva behöver vi alla vända oss helt till honom.”[1]

Efter att ha hört detta insåg jag att jag hade misslyckats med att verkligen vända mig till Kristus under de senaste jularna. Jag hade blivit så uppslukad av jäktet att jag glömde hela anledningen till firandet.

Men hur kan vi vända oss till honom under en tid när skola, arbete, dejting och resor, förutom julfirandet, kräver vår uppmärksamhet?

De som var närvarande när Jesus föddes kan visa oss hur vi gör.



Titta efter honom

På andra sidan jordklotet från platsen där Jesus just skulle födas, väntade de trofasta nephiterna ivrigt på tecknet på hans födelse. De väntade på tecknet som lamaniten Samuel hade profeterat om – en dag, en natt och en dag då det inte skulle bli mörkt, och då en ny stjärna skulle visa sig (se Helaman 14:3–5).

När tiden då det profeterats att han skulle födas närmade sig sitt slut lovade förföljarna att döda dem som trodde på Kristus om inte tecknet gavs. Men Gud uppmuntrade nephiterna att vara vid gott mod. Han sa att tecknet skulle ges samma natt (se 3 Nephi 1:8–14).

Liksom nephiterna kan vi också vara uppmärksamma på Jesus Kristus i våra liv.

Här är några förslag på hur du kan göra det:

- Gör en adventskalender med skriftställen som har olika titlar för Kristus för att hjälpa dig att räkna ner till julen.
- Var uppmärksam på hur ofta Kristus nämns på dina möten i kyrkan och hur andra vittnar om honom.
- Tänk tillbaka på ditt år och titta efter Frälsarens hand i bra och svåra tider.
- Fundera över hur också du kan vara vid gott mod medan du väntar på hans andra ankomst.

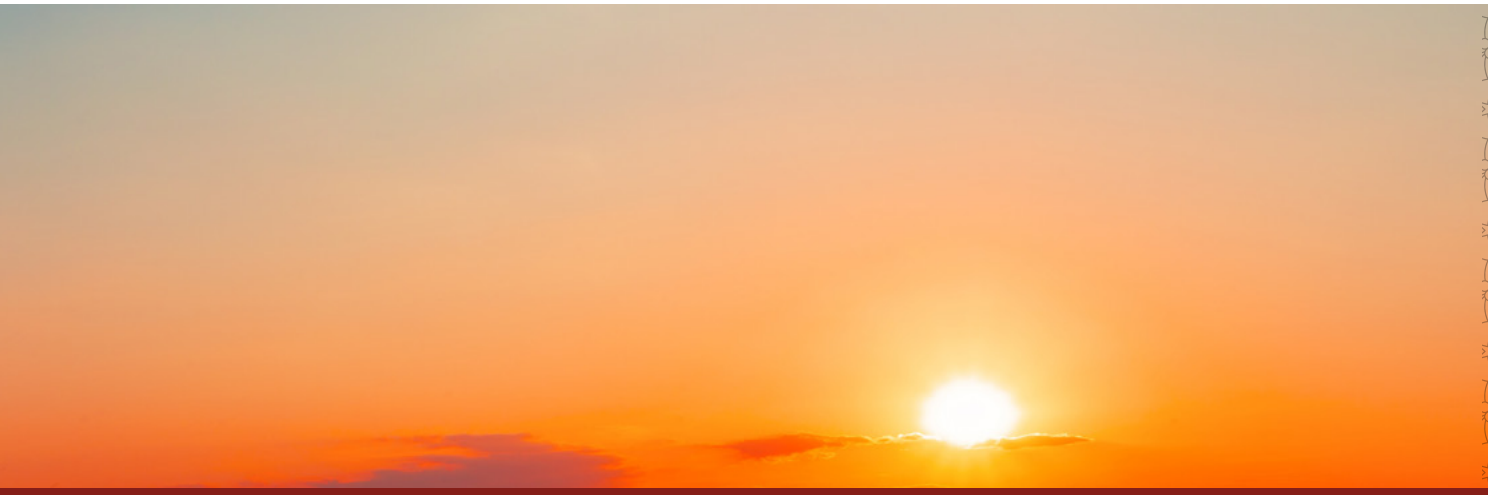
Kom närmare honom

Herdarna var ögonvittnen till Jesu enkla början och besökte honom när han låg i en krubba. När ängeln hade visat sig för dem och förkunnat Kristi födelse skyndade de sig till den plats där han var. När de hade sett honom gick de runt och bar sina vittnesbörd. (Se Lukas 2:8–17.)

Skyndar vi oss dit där Kristus är? Eller engagerar vi oss bara i andliga vanor rutinmässigt?

Här är några förslag på hur du kan komma närmare honom den här julen:

- Engagera dig i kyrkans möten genom att göra anteckningar, kommentera, begrunda och dela med dig av det du lärde dig till en närstående eller på sociala medier.



- Bär vittnesbörd för andra eller skriv om olika aspekter av Frälsaren under de tolv dagarna före jul.
- Vakna tidigt på juldagsmorgonen för att läsa skriftställen eller konferenstal som vittnar om Kristus (innan du öppnar julklappar). Begrunda vad han betyder för dig.

Tillbe honom

När de vise männen såg stjärnan som signalerade Kristi födelse färdades de långt för att se honom. De förberedde och bar fram gåvor att ge till Kristus. Och när de såg honom ”föll de ner och tillbad honom” och frambar sina gåvor (se Matteus 2:1–2, 11).

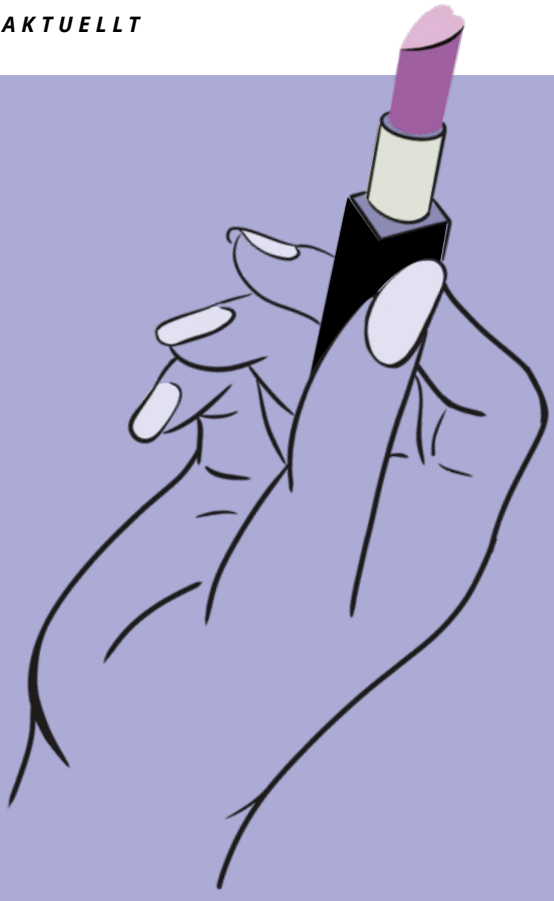
Det här kan vi göra också:

- Ge en ”gåva till Jesus Kristus” genom att välja en andlig vana eller kristuslik egenskap som du vill förbättra och arbeta på under det kommande året. Fundera över hur du har vuxit och sätt upp ett nytt mål varje jul.
- Delta i initiativet Ett ljus för världen genom tjänande eller genom att besöka en gåvoautomat om det finns en i närheten. Att tjäna andra är en form av gudsdyrkan!
- Skriv ner dina tankar om hur tacksam du är för din himmelske Faders gåva: hans Son. Du kan också be en tacksamhetsbön.

Att göra det som hjälper oss att söka Frälsaren under julen är det som ger julen mening. Om du gör honom till mittpunkten under julen fylls ditt hjärta med den glädje och magi du söker efter. ■

SLUTNOT

1. Timothy L. Farnes, ”Ta emot gåvan” (Första presidentskapets julandakt, 7 dec. 2025), Evangeliebiblioteket.



Jag hade aldrig gillat presenter.

Jag blev stressad av att försöka hitta meningsfulla saker till andra. Jag kände mig illa till mods när jag fick presenter. Det kändes som om jag inte förtjänade dem eller att jag var skyldig något i gengäld. Födelsedagar är inte ens viktiga här i Kambodja. Så när jag gick med i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga och blev kristen kändes jultraditionen att ge gåvor både främmande och fascinerande.

Generellt sett var jag inte säker på hur jag skulle fira jul på ”rätt” sätt – jag ville inte strula till det.

Jag tyckte att gåvor var besvärliga – tills jag förstod gåvan som Frälsaren är

Vi behöver inte stressa över att ge den perfekta gåvan; vi behöver bara dela med oss av och ta emot den gåva som Frälsaren är.

Sodanin Prak

Detta förändrades när jag firade jul på missionärsskolan i Filippinerna. Julfirandet pågick i tre dagar, och jag hade aldrig varit med om något så festligt förut.

När jag såg på alla glada ansikten runt omkring mig som firade Jesus Kristus kände jag så stor tacksamhet för honom. Evangeliet var nytt för mig, men det här hjälpte mig att börja förstå gåvan som vår Frälsare är, och hans förmåga att göra livet vackert och glädjefyllt.

Jag lärde mig att det inte fanns ett rätt eller fel sätt att ge gåvor – det fanns bara en möjlighet att visa kristuslik kärlek och tjäna andra med honom i åtanke.

Jag lärde mig att ta emot

Förra julen när jag undrade hur jag bäst kunde tjäna tänkte jag på att försöka ge julklappar till mina vänner på universitetet. Jag kände mig illa till mods och var orolig för att det jag gav inte skulle vara bra nog, men jag ville försöka ändå. Jag hoppades att det skulle hjälpa mina vänner att känna sig älskade även om jag inte gjorde det perfekt.

Så jag köpte ett gäng söta läppstift, slog in dem och lämnade över dem. Gåvorna kändes så fåniga och enkla, men jag förvånades över hur mycket de fick mina vänner att le.

När de gav mig egna presenter kände jag mig illa till mods och sa: ”Nej, jag ville bara ge något till dig – du behöver inte ge mig något!” Men de sa att de ville visa mig samma kärlek som jag visade dem.

För första gången i mitt liv insåg jag att detta att ge gåvor inte handlar om materialism eller förpliktelse. Det handlar om att dela med sig av och ta emot kristuslik kärlek. Den kärleksfulla avsikten bakom deras gåvor betydde så mycket mer för mig än det som fanns i omslagspappret.

Som äldste Patrick Kearon i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: ”Att ta emot en gåva är inget passivt utan en avsiktlig och meningsfull process som går långt utöver att bara öppna ett paket. Att ta emot är att uppskatta och knyta an till både gåvan och givarens hjärta på ett sätt som stärker banden mellan givaren och mottagaren.”[1]

Det fick mig att inse att när jag minns och tar emot Frälsarens gåva till mig så stärks alltid min kärlek till honom.

Ofullkomliga gåvor med fullkomlig kärlek

Före julen behöver vi inte stressa över att hitta den perfekta julklappen eller oroa oss för att vi inte gör tillräckligt för att tjäna. Vi kan i stället fokusera på att dela med oss och ta emot Kristi kärlek, på stora och små sätt.

Som mina vänner visade mig, ju mer kärlek vi ger, desto mer kärlek får vi.

Frälsaren gick alltid omkring och gjorde gott. När jag ger till andra som han gjorde, vare sig det är genom stödverksamhet, tjänande, vänlighet eller till och med gåvor, fylls jag av hans kärlek. Jag kan förstå andra bättre, har lättare för att förlåta och se andra så som han ser dem.

En del av omständigheterna kring Frälsarens födelse verkar ofullkomliga. Han föddes under de enklaste av omständigheter. Ändå betyder de gåvor som hans födelse, verksamhet och försoning är allt för oss.

Äldste Kearon fortsatte: ”Vi skulle inte kunna ta emot någonting utan den största av alla Faderns gåvor, hans älskade lamm, hans Son Jesus Kristus. Alla Faderns gåvor flödar ur och aktiveras genom Frälsarens frivilliga offergåva i Getsemane och på korset, samt hans triumferande uppståndelse.”[2]

Även om jag fortfarande har känslor av ofullkomlighet under julen påminner jag mig själv om att hans fullkomliga kärlek och ljus förändrade världen. Jag vet att mina ofullkomliga försök att dela med mig av hans kärlek är tillräckliga när jag strävar efter att bli som han. ■

Författaren är från Kambodja.

SLUTNOTER

1. Patrick Kearon, ”Ta emot hans gåva”, *Liahona*, maj 2025, s. 121–122.
2. Patrick Kearon, ”Ta emot hans gåva”, s. 122.



Vi ses, Gamla testamentet;

Reflektioner över vad vi har lärt oss samtidigt som vi blickar framåt mot nästa år.

Eric D. Snider
Kyrkans tidskrifter

Jag har alltid tyckt om övergången från ett studieår för Gamla testamentet till ett år för Nya testamentet.

Tidsaspekten är tillfredsställande för mitt sinne för ordning och reda. Vi håller på att avsluta Gamla testamentet och tänker på vad som ska komma härnäst – Frälsarens födelse – i december, månaden då en stor del av världen också tänker på det. Sedan läser vi redogörelserna om Frälsarens födelse i början av januari, bara några dagar efter att vi har firat den.

På sätt och vis är Gamla testamentets uppgift att lägga grunden för Frälsarens liv och försoningsoffer. Men det betyder inte att det bara är en föregångare till en större, viktigare berättelse. Det har värde i sig självt.

Lärdomar från Gamla testamentet

Jag har fått ny inspiration i år när jag har jämfört mitt liv och mina svårigheter med dem som människorna hade i forna tider. Min vardag skiljer sig ganska mycket från deras (och om du inte är herde så är det förmodligen samma sak för dig), men vi har många bekymmer som är av samma slag. Liksom människorna på Abrahams eller Jesajas tid försöker jag centrera mitt liv kring Guds bud och navigera vår fallna värld utan att överväldigas av den.

Precis som de har jag ingått förbund som skiljer mig åt från resten av världen. Jag strävar efter att hålla dessa förbund, bland annat att göra uppoffringar. Våra uppoffringar i dag kanske inte är desamma som gjordes i forna tider, men vikten av ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande består.

När du ser tillbaka på det du har läst i år kan du förmodligen se paralleller mellan livet för personer i Gamla testamentet och ditt eget. Kanske har du haft en situation där du, liksom Naaman, var för högmodig för att följa Herrens instruktioner (se 2 Kungaboken 5). Kanske upptäckte eller återupptäckte du



ett skriftställe som betydde mycket för dig, liksom översteprästen Hilkia (se 2 Kungaboken 22). Liksom israeliterna försökte du förmodligen komma till templet regelbundet för att förbättra din kontakt med Herren.

Kontext för Frälsarens verksamhet

Men Gamla testamentet kanske förstås och uppskattas bäst när vi har läst vad som ska komma. Det är trots allt bara den första delen av berättelsen. Vi har läst profetior om Messias; nu sluter vi cirkeln genom att läsa om deras uppfyllelse.[1]

När Frälsaren säger: ”Ni har hört att det är sagt till fäderna: Du ska inte mörda … [Men] jag säger er: Den som blir vred på sin broder är skyldig inför domstolen” (Matteus 5:21–22), vet vi vad han pratar om. Vi har just ägnat ett helt år åt att läsa om ”fäderna”. Den här kontexten hjälper oss att förstå hur radikal och omvälvande Frälsarens undervisning måste ha verkat på hans tid.

När Frälsaren tillsammans med judarna firar påskhögtiden så vet vi vad påskhögtiden är och varför den instiftades. När lövhyddohögtiden infaller i Johannes 7:2 kan vi följa fotnoten och läsa 3 Moseboken 23:34–43 för att friska upp vårt minne om varför den högtiden påbjöds.

Gud är evig

Det jag gillar mest med Gamla testamentet är att det är den äldsta litteratur vi har, och ändå har den samma budskap som de senaste generalkonferenstalen. Gud älskar sina barn. Han är medveten om oss, engagerad i oss, och inbjuder oss alltid att omvända oss när vi har gått vilse. Han vill att vi ska vara lyckliga. Det känns tryggt att veta att det har varit så ända sedan begynnelsen. ■

SLUTNOT

1. Enbart i Matteus finns det omkring 20 profetior från Gamla testamentet som uppfylldes av Frälsaren.

UPPTÄCK MER I *UV: AKTUELLT*

Ta en titt på *UV: Aktuellt*, kyrkans officiella digitala tidskrift för unga vuxna i Evangeliebiblioteket, under Tidskrifter eller Vuxna > Unga vuxna.

Framställd under ledning av första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum.

Redaktör: Robert M. Daines
Biträdande redaktör: Yoon Hwan Choi
Rådgivande: J. Anette Dennis, David P. Homer, Jörg Klebingat, Gabriel W. Reid

Verkställande chef: Jason J. Mitchell
Chef för kyrkans tidskrifter: Adam C. Olson
Chef för förlagsverksamheten: Lee Gibbons
Verksamhetschef: Garff Cannon
Samordnare: Clark Miles

Redaktionschef: DB Troester
Biträdande redaktionschefer: Ryan Carr, Chakell Wardleigh Herbert
Publikationsassistent: Nancy Sutton

Medredaktörer: Garrett H. Garff, Michael R. Morris, Mindy Selu, Alison R. Wood
Redaktionspraktikant: Olivia Winward

Art director: Michael Dunford
Designers: Ira Glen Adair, Fay P. Andrus, Julie Burdett, David Green, Bryan W. Gygi, Colleen Hinckley, Stephen Neilsen, Daniel R. Tueller

Produktionschef: Ammon Harris
Produktion: Emily Jo Blanchard, Baylie Escamilla, Derek Washburn

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 50 språk och distribueras över hela världen. Hur ofta den utkommer varierar för olika språk.

© 2026 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. Skicka e-post till Intellectual Property Office vid copyrightfrågor: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

For Readers in the United States and Canada: 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. 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. **Subscription helpline: 1-800-537-5971.** (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.



KYRKANS TIDSKRIFTER FINNS FÖR ALLA ÅLDRAR PÅ MÅNGA SPRÅK.

UV: AKTUELLT

Se fler artiklar för unga vuxna. Gå till Evangeliebiblioteket > Tidskrifter > UV: Aktuellt.

VÄGLEDNING FÖR DE UNGA

Hitta artiklar, lektionshjälpmedel och aktiviteter för ungdomar. Gå till MagazineSubscriptions.ChurchofJesusChrist.org för att få en kostnadsfri prenumeration på den tryckta versionen. Gå till Evangeliebiblioteket > Tidskrifter > Vägledning för de unga för att se den digitala versionen.

VÄNNEN

Hitta artiklar och roligt innehåll för barn. Gå till MagazineSubscriptions.ChurchofJesusChrist.org för att få en kostnadsfri prenumeration på den tryckta versionen. Gå till Evangeliebiblioteket > Tidskrifter > Vännen för den digitala versionen.

KONTAKTA OSS

Använd länken på **liahona.JesuKristiKyrka.org** för att dela frågor, feedback eller upplevelser.

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

JULKRUBBAN, AV N. C. WYETH



BUDSKAPET TILL HERDARNA

Dessa glada budskap tillkännagav en Befriare som hade förmågan att befria oss alla från all slags fångenskap.

8



FIRA JUL

Gumbo, gåvor och tacksamhet

12

SPRIDA EVANGELIET

En systers 77 dagar långa resa till sin mission i Kongo

22

FOKUS PÅ FRÄLSAREN

Unga vuxna berättar hur de funnit större mening i julen

40, 44

JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA

SWEDISH (180)
02200 57180