

DE KERK VAN JEZUS CHRISTUS VAN DE HEILIGEN DER LAATSTE DAGEN • AUGUSTUS 2009

Liahona

A photograph of a man and a young girl in a prayerful embrace. The man, on the right, has dark hair and is wearing a green button-down shirt. He is leaning his head against the girl's head, with his eyes closed. The girl, on the left, has long brown hair and is wearing a white collared shirt under a yellow dress. She also has her eyes closed. They are sitting on a light-colored, textured surface. The background is softly blurred.

De deur van het
gebed openen, p. 2

Kennismaken met
ouderling Andersen, p. 8

Vier vragen over patriarchale
zegens, p. 34

Geschenken van kinderen
aan president Monson, p. K4

Res
Book Area
M 205.5
5838 D
2009
Aug

LIAHONA, AUGUSTUS 2009

Volwassenen

BOODSCHAP VAN HET EERSTE PRESIDIUM

- 2 **Dat Hij zijn wil in ons hart mag griffen**
President Henry B. Eyring

HUISBEZOEKBOODSCHAP

- 25 **Studeren en blijven leren**

HOOFDARTIKELEN

- 8 **Ouderling Neil L. Andersen: een gelovig man**
Ouderling D. Todd Christofferson
Ouderling Neil Andersen is in april 2009 geroepen tot het apostelschap. Hij leidt zijn leven handelend in geloof, in de overtuiging dat de Heer ons zal zegenen op manieren die onze eigen vaardigheden overstijgen.
- 16 **De hemelen openen** Ouderling Yoshihiko Kikuchi
Wilt u uw spiritualiteit vergroten? Breng elke ochtend dierbare en stille tijd door met uw hemelse Vader, en kom in gebed en schriftstudie tot Hem.
- 22 **Oppassen voor gevaren van binnenuit: de legende van Mixco Viejo** Adam C. Olson
Hoe kunnen we ons gezin beschermen? Leer iets van een oude legende.
- 26 **Omgaan met postnatale depressie: een evangelische kijk** Lynn Clark Callister
Nuttige tips om met de uitdaging van postnatale depressie om te gaan.
- RUBRIEKEN**
- 44 **Onder heiligen der laatste dagen**
Huisonderwijs is toch de moeite waard; de tijdloze raad van een vader in een oude Bijbel; kracht en troost vinden in moeilijkheden; een verloren sleutel en een nieuwe baan.
- 48 **Gebruik van deze uitgave**
Ideeën voor de gezinsavond, uw favoriete gezinsavond en onderwerpen in deze uitgave.

OP DE OMSLAG

Voorkant: Foto-illustratie Dave Stoker
Achterkant: Scène uit de kerkfilm *De herstelling*; foto-illustratie Matthew Reier

Jongeren

HOOFDARTIKELEN

- 14 **Beter dan een tien** Shanda Stephens
Mijn zusje zocht een held. Nam ik de tijd om er een te zijn?
- 34 **Wanneer moet ik mijn patriarchale zegen ontvangen?** Robert K Wagstaff
Wat is een patriarchale zegen? Wanneer en hoe krijg je die? Een ringpatriarch geeft uitleg.
- 37 **Te heilig?** R. Val Johnson
Zijn vrienden noemden hem een spelbreker. Maar deze jongeman veranderde graag toen hij lid van de kerk werd.
- 38 **Voorbeelden om na te volgen**
Ouderling Benson E. Misalucha
Er zijn veel mensen die ons inspireren om zo goed mogelijk te leven. Je getuigenis wordt sterker en je leert gehoorzaam te zijn door hun voorbeeld te volgen.
- RUBRIEKEN**
- 21 **Poster: Te veel informatie?**
- 32 **Vraag en antwoord**
'Mijn vriendin is begonnen met roken. Hoe kan ik haar helpen ermee te stoppen zonder haar te beledigen?'



Augustus 2009 109e jaargang Nummer 8
LIAHONA 04288 120

Officiële Nederlandse uitgave van
De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen
Het Eerste Presidium: Thomas S. Monson, Henry B. Eyring,
Dieter F. Uchtdorf

Het Quorum der Twaalf Apostelen: Boyd K. Packer, L. Tom Perry,
Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard,
Richard G. Scott, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland,
David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson,
Neil L. Andersen

Verantwoordelijk redacteur: Spencer J. Condie

Adviseurs: Gary J. Coleman, Kenneth Johnson,
Yoshihiko Kikuchi, W. Douglas Shumway

Hoofdredacteur: David L. Frischknecht

Directeur redactie: Victor D. Cave

Senior redacteur: Larry Hiller

Directeur grafische vormgeving: Allan R. Layborg

Hoofdredacteur: R. Val Johnson

Assistent-hoofdredacteurs: Jennifer L. Greenwood, Adam C. Olson

Mederedacteur: Ryan Carr

Assistent-redactrice: Susan Barrett

Redactiemedewerkers: David A. Edwards, Matthew D. Fliton,
Lafrene Porter Gaunt, Annie Jones, Carrie Kasten, Jennifer Maddy,
Melissa Merrill, Michael R. Morris, Sally J. Odekir, Judith M.

Poller, Joshua J. Perkey, Chad E. Phares, Jan Pinborough,
Richard M. Romney, Don L. Searle, Janet Thomas, Paul

VanDenBerghe, Julie Wardell

Directiesecretaresse: Laurel Teuscher

Leidinggevend art-director: M.M. Kawasaki

Art-director: Scott Van Kampen

Productiemanager: Jane Ann Peters

Medewerkers ontwerp en productie: Call R. Arroyo, Collette

Nebeker Aune, Howard G. Brown, Julie Burdett, Thomas S. Child,
Reginald J. Christensen, Kim Fenstermaker, Kathleen Howard,

Eric P. Johnson, Denise Kirby, Scott M. Mozy, Ginny J. Nelson

Voorbereidend drukwerk: Jeff L. Martin

Directeur drukwerk: Craig K. Sedgwick

Directeur distributie: Randy J. Benson

Vertaling: Jos Peeters

Keerlijck Vertaalbureau

Turnhoutsebaan 130, B-2460 Kasterlee

Telefoon: 0032(0)14265775

Nieuwsredactie:

Nieuwsredacteur: Frans Heijdemann

Gravestins 64

NL-7608 HN Almelo

Telefoon: 0546 865984

Uw kopij graag per email naar nieuws@liahona.nl

Distributie:

De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen

European Distribution Ltd., Magazine Service,

Steinmühlstr. 16, 61352 Bad Homburg, Duitsland

Tel.: 00 49 6172 492858, fax: 00 49 6172 492890

Email: liahona-red@ldschurch.org

Jaarabonnement: € 16,00

De volgende betalingswijzen zijn mogelijk:

Creditcard (bel of e-mail EDU)

Overschrijving per bank op de volgende rekening:

Dresdner Bank, Bad Homburg

Rekening nummer 07 264 094 00, bankcode 500 800 00

Omschrijving: abonneenummer + naam + wijk/gemeente

BIC (SWIFT CODE): DRES DE 3323

IBAN: DE52 5008 0000 0726 4094 00

Bijdragen:

Stuur manuscripten en vragen aan:

Liahona, Rm. 2420, 50 East North Temple Street, Salt Lake

City, UT 84150-0024, USA; of per e-mail naar:

liahona@ldschurch.org

De Liahona (Een woord uit het Boek van Mormon dat 'kompas' of

'aanwijzer' betekent) verschijnt in de volgende talen: Albanees,

Armeens, Bahasa Indonesia, Bislama, Bulgaars, Cambodjaans,

Cebuano, Chinees, Deens, Duits, Engels, Est, Fij, Fins, Frans,

Grieks, Haïtiaans, Hindi, Hongaars, Islands, Italiaans, Japans,

Kiribati, Koreaans, Kroatisch, Lets, Litouws, Malagasi, Marshallees,

Mongools, Nederlands, Noors, Oekraïens, Pools, Portugees,

Roemeens, Russisch, Samoans, Sinhala, Sloveens, Spaans,

Tagalog, Tahitiaans, Tamil, Telugu, Thai, Tongaans, Tsjechisch,

Urdu, Vietnamese en Zweeds. (Frequentie verschilt per taal.)

Uitgever:

© 2009 Intellectual Reserve, Inc. Alle rechten voorbehouden.

Gedrukt in de Verenigde Staten van Amerika.

Tekst- en beeldmateriaal in de Liahona mag gereproduceerd

worden voor incidenteel, nietcommercieel gebruik in de kerk of

thuis. Beeldmateriaal mag niet gereproduceerd worden als de

bronvermelding dat aangeeft. Voor vragen over het auteursrecht

kunt u zich richten tot het Intellectual Property Office, 50 East North

Temple Street, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-mail:

cor.intellectualproperty@ldschurch.org

U kunt de Liahona in vele talen terugvinden op het internet onder

www.liahona.lds.org

For Readers in the United States and Canada:

August 2009 Vol. 109 No. 8 (LIAHONA [USPS 311]) Dutch (ISSN

1522-9173) is published monthly by The Church of Jesus Christ of

Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150.

USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus

applicable taxes. Periodicals postage paid at Salt Lake City, Utah.

Sixty days' notice required for change of address. Include address

label from a recent issue; old and new address must be included.

Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution

Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971

Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be

taken by phone. [Canada Post Information: Publication Agreement

#40017431]

POSTMASTER: Send address changes to Salt Lake Distribution

Center, Church Magazines, PO Box 26368, Salt Lake City, UT

84126-0368.

Kinderen

LUISTER NAAR DE STEM VAN EEN PROFEET

K2 Iets voor anderen betekenen
President Thomas S. Monson

HOOFDARTIKELEN

K4 Hartelijk gefeliciteerd, president Monson!

K10 De ontsnapping van Jason Carolyn LeDuc

RUBRIEKEN

K6 Uit het leven van de profeet Joseph Smith:
Druk aan het werk, druk aan het spelen

K8 Participatieperiode:
De tempel — eens zal ik
er ook zijn Cheryl Esplin

K13 Kleurplaat

K14 Vriendschap sluiten:
liefde voor je land
Richard M. Romney



OMSLAG DE
KINDERVRIEND
Foto Craig Diamond.



Kijk of je de Tagalog
KGW-ring in deze
uitgave kunt
vinden. Kies de
goede pagina!

Post

Het tijdschrift wijst ons de
goede weg

Dankzij de Schriften en de leringen van de profeten in de *Liahona* heb ik meer begrip gekregen van dit leven en van Gods liefde voor mij en mijn gezin. Door de Schriften en de leringen van het evangelie in de *Liahona* heb ik ook een sterker getuigenis gekregen en vooruitgang gemaakt en ben ik geestelijk opgebouwd. Ik moedig iedereen aan de *Liahona* te lezen. Het tijdschrift brengt ons dichterbij onze Vader en wijst ons de goede weg.

Stephanie Acosta (Uruguay)

De Heiland wijst ons de weg

Ik ben dankbaar voor de *Liahona*, vooral voor de uitgave over de Heiland (maart 2008). Ik ben erdoor geïnspireerd en mijn getuigenis van Hem is erdoor gesterkt. Hij heeft alles voor ons gedaan. Hij heeft het volmaakte voorbeeld gegeven hoe je moet leven, hoe je beproevingen kunt overwinnen en hoe je de geboden standvastig kunt naleven. Ik ben erg dankbaar voor de Heiland. Ik weet dat Hij leeft.

Nenetha C. Ybañez (Filipijnen)

Stuur feedback of opmerkingen naar liahona@ldschurch.org. Brieven kunnen om redenen van lengte of duidelijkheid geredigeerd worden.



Dat Hij zijn wil in ons hart mag griffen

PRESIDENT HENRY B. EYRING

Eerste raadgever in het Eerste Presidium

Ouders moeten hun kinderen leren bidden. Kinderen leren van wat de ouders doen en zeggen. Het kind dat een moeder of vader met oprecht bidden door de beproevingen van het leven ziet gaan, en dan een oprecht getuigenis hoort dat God liefdevol heeft geantwoord, onthoudt wat hij of zij heeft gezien en gehoord. In tijden van beproevingen is die persoon voorbereid.

Als kinderen later niet meer thuis wonen, kan het gebed de door de ouders gewenste bescherming bieden. Afscheid nemen kan moeilijk zijn, vooral als de ouders en het kind weten dat ze elkaar langere tijd niet zullen zien. Ik had die ervaring met mijn vader. We namen afscheid op de hoek van een straat in New York. Hij was daar voor zijn werk. Ik was daar op doorreis naar een andere plaats. We wisten allebei dat ik waarschijnlijk nooit meer bij mijn ouders thuis zou wonen.

Het was een zonnige dag, rond het middaguur, de straten waren vol auto's en voetgangers. Op die hoek was een verkeerslicht waar de auto's een aantal minuten voor moesten wachten. Het licht sprong op rood; de auto's stopten. De massa voetgangers haastte zich in alle richtingen van de stoep om het kruispunt over te steken.

Het was tijd om afscheid te nemen en ik stak ook de straat over. Halverwege bleef ik

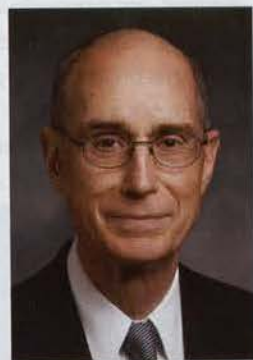
staan, aan alle kanten liepen de mensen mij voorbij. Ik keek om. In plaats van te zijn weggegaan, stond mijn vader daar nog steeds, op de hoek, naar mij te kijken. Ik vond dat hij er eenzaam en verdrietig uitzag. Ik wilde naar hem teruglopen, maar besepte dat de auto's weer snel zouden gaan rijden, dus draaide ik me om en liep door.

Jaren later sprak ik met hem over dat moment. Hij zei dat ik de uitdrukking op zijn gezicht verkeerd had geïnterpreteerd. Hij was toen niet verdrietig, maar bezorgd. Hij had mij achterom zien kijken, alsof ik een kleine jongen was, onzeker en op zoek naar wat zekerheid. Hij vertelde me toen wat hij op dat moment dacht: 'Zal het goed met hem gaan? Heb ik hem voldoende geleerd? Is hij voorbereid op alle toekomstige gebeurtenissen?'

Maar het waren toen niet alleen gedachten die hem bezighielden. Ik wist, toen ik naar hem keek, dat hij ook iets voelde. Hij wilde dat ik beschermd zou worden, dat ik veilig zou zijn. Alle jaren die ik thuis gewoond had, had ik dat verlangen in zijn gebeden gehoord en gevoeld — en zelfs nog meer in de gebeden van mijn moeder. Daar had ik iets van geleerd, en dat had ik onthouden.

Een zaak van het hart

Het gebed is een zaak van het hart. Ik had veel meer dan de regels van het gebed gehoord. Ik had van mijn ouders en van de



Als wij onze kinderen leren bidden, is het ons doel om de wil van de Heer in hun hart gegrift te krijgen, waarna zij gewillig heengaan en doen wat de Heer van hen verwacht.

leringen van de Heiland geleerd dat we onze hemelse Vader in de eerbiedige taal van het gebed mogen aanspreken. 'Onze Vader (...) in de hemel (...), uw naam worde geheiligd' (Matteüs 6:9). Ik wist dat we zijn naam nooit ijdel dienen te gebruiken — nooit. Kunt u zich voorstellen hoe de gebeden van een kind worden geschaad als het een ouder de naam van God ijdel hoort gebruiken? Er zijn ernstige gevolgen aan een dergelijke overtreding jegens de kleinen verbonden.

Ik had geleerd dat het belangrijk was om voor zegeningen te danken en om vergeving te vragen. 'En vergeef ons onze schulden, gelijk ook wij vergeven onze schuldenaren' (Matteüs 6:12). Ik had geleerd dat we vragen om iets wat we nodig hebben, en bidden dat anderen gezegend mogen worden. 'Geef ons heden ons dagelijks brood' (Matteüs 6:11). Ik wist dat we onze wil moesten overgeven. 'Uw Koninkrijk kome; uw wil geschiede, gelijk in de hemel also ook op aarde' (Matteüs 6:10). Ik had geleerd en ook ondervonden dat we voor gevaar gewaarschuwd kunnen worden en dat we het al heel gauw merken als we iets gedaan hebben dat God mishaaft. 'En leid ons niet in verzoeking, maar verlos ons van de boze' (Matteüs 6:13).

Ik had geleerd dat we altijd in de naam van Jezus Christus moeten bidden. Maar van iets dat ik had gezien en gehoord, had ik geleerd dat deze woorden meer dan een formaliteit zijn. Er hing een plaat van de Heiland in de slaapkamer waar mijn moeder de laatste jaren van haar leven doorbracht. Ze had die daar gehangen vanwege iets dat haar neef, ouderling Samuel O. Bennion van de Zeventig (1874–1945), haar gezegd had. Hij was met een apostel op reis geweest die hem een visioen van de Heiland beschreef. Ouderling Bennion had haar die plaat gegeven met de woorden dat het de beste afbeelding van het sterke karakter van de Heiland was die hij ooit had gezien. Dus had ze die plaat ingelijst en opgehangen waar ze hem vanaf haar bed kon zien.

Ze kende de Heiland en had Hem lief. Ik had van haar

geleerd dat wij niet in de naam van een vreemde bidden als we onze hemelse Vader aanspreken. Ik had in haar leven gezien dat haar hart op de Heiland was gericht. Zij had zich jarenlang vastbesloten en consequent ingespannen om Hem te dienen en te behagen. Ik wist dat de volgende schrifttekst waar was: 'Want hoe kent iemand de meester die hij niet heeft gediend, en die een vreemde voor hem is, en ver is van de gedachten en overleggingen van zijn hart?' (Mosiah 5:13).



Geen oppervlakkige gebeden

Nu, jaren na het heengaan van mijn moeder en vader, hebben de woorden 'in de naam van Jezus Christus' geen oppervlakkige betekenis voor mij, of ik ze nu uitspreek of ze een ander hoor uitspreken. Wij dienen Hem niet alleen om de gedachten en overleggingen van het hart van de Meester te leren kennen, maar wij bidden ook dat onze hemelse Vader ons zowel in ons hart als ons verstand een antwoord zal geven. (Zie Jeremia 31:33; 2 Korintiërs 3:3; Hebreeëen 8:10; 10:16.)

President George Q. Cannon (1827–1901), voormalig raadgever in het Eerste Presidium, heeft de zegeningen beschreven van mensen die

gezamenlijk om dergelijke antwoorden hebben gebeden. Hij sprak over een priesterschapsbijeenkomst, en ook velen van u hebben uw hart als volgt voorbereid:

'Ik ga naar die vergadering met mijn verstand volledig vrij van alle invloeden die de Geest van God weerhouden. Ik ga met een gebed in mijn hart en vraag God om zijn wil *in mijn hart te griffen*; niet mijn eigen wil die toch al vastbesloten is (...), ondanks de mening van anderen. Als ik en alle anderen met die geest daar heen gaan, zal de Geest van God in ons midden zijn, en zullen wij de wil van God doen, omdat God die aan ons openbaart. Dan zien we licht in de richting die we moeten opgaan en duisternis in de richting die we niet moeten opgaan.'¹

Als wij onze kinderen leren bidden, is het ons doel om de wil van de Heer in hun hart gegrift te krijgen, waarna

zij gewillig heengaan en doen wat de Heer van hen verwacht. Naar aanleiding van wat wij doen en zeggen, is het mogelijk dat onze kinderen voldoende geloof ontwikkelen om in ieder geval iets te voelen van wat de Heiland voelde toen Hij bad om de kracht die Hij nodig had om zijn oneindige offer voor ons te brengen: 'En Hij ging een weinig verder en Hij wierp Zich met het aangezicht ter aarde en bad, zeggende: Mijn Vader, indien het mogelijk is, laat deze beker Mij voorbijgaan; doch niet gelijk Ik wil, maar gelijk Gij wilt' (Matteüs 26:39).

Mijn gebeden zijn ook beantwoord. Deze antwoorden waren het duidelijkst toen mijn wil volkomen werd overschaduwd door een overweldigend verlangen om te weten wat

de wil van God was. Op die voorwaarde krijgen we antwoorden van onze liefdevolle hemelse Vader door de stille zachte stem die in ons verstand en in ons hart wordt gegrift.

Zijn wil zoeken

Sommige ouders vragen zich misschien af: 'Maar hoe kan ik het hart verzachten van mijn kind dat ouder is geworden en ervan overtuigd is dat hij of zij God niet nodig heeft? Hoe kan ik een hart voldoende verzachten zodat God zijn wil erin kan griffen?' Soms kan tegenspoed een hart verzachten. Maar zelfs tegenspoed is voor sommige mensen niet genoeg.

Er is echter één behoefte die zelfs hoogmoedige en verstokte mensen niet zelf

Het kind dat een moeder of vader met oprecht bidden door de beproevingen van het leven ziet gaan, en dan een oprecht getuigenis hoort dat God liefdevol heeft geantwoord, onthoudt dat. In tijden van beproevingen is die persoon voorbereid.



kunnen vervullen. Zij kunnen zelf de last van hun zonden niet van hun schouders wegnemen. En zelfs de meest verstokte mensen voelen soms de pijn van hun geweten en hebben daarom de vergeving van God nodig. De liefdevolle vader Alma zei over die behoefte het volgende tegen zijn zoon Corianton: 'En nu, het plan van barmhartigheid kon niet worden verwezenlijkt, tenzij er een verzoening werd gedaan; daarom verzoent God zelf de zonden der wereld om het plan van barmhartigheid te verwezenlijken, om de eisen der gerechtigheid te bevredigen, opdat God een volmaakt, rechtvaardig God zou zijn, en tevens een barmhartig God' (Alma 42:15).

En toen, nadat hij zijn getuigenis van de Heiland en diens verzoening had gegeven, smeekte de vader om zijn hart te verzachten: 'O, mijn zoon, ik wens dat gij de gerechtigheid Gods niet meer loochent. Tracht niet uzelf in het minste wegens uw zonden te verontschuldigen door de gerechtigheid Gods te loochenen; maar laat de gerechtigheid Gods, en zijn barmhartigheid en zijn lankmoedigheid de vrije teugel in uw hart; en laat u daardoor tot in het stof verootmoedigen' (Alma 42:30).

Alma wist wat wij ook kunnen weten: dat getuigen van Jezus Christus en zijn kruisiging de grootste kans was om zijn zoon ervan te overtuigen dat hij de hulp van God nodig had. En de gebeden worden beantwoord van hen wier hart is verzacht door dat overweldigende gevoel van behoefte aan vergeving.

De deur van het gebed openen

Als wij de mensen die ons dierbaar zijn, bijbrengen dat wij geestkinderen zijn die tijdelijk bij onze liefdevolle hemelse Vader vandaan zijn, dan doen we de deur van het gebed voor hen open.

Wij woonden bij Hem in zijn tegenwoordigheid voordat wij hier kwamen om beproefd te worden. Wij kenden Hem en Hij kende ons persoonlijk. Net als mijn aardse vader mij zag wegllopen, zag onze Vader in de hemel ons naar deze aarde vertrekken.

Zijn geliefde Zoon, Jehova, verliet die prachtige woning om op aarde te komen en te doorstaan wat wij moeten doorstaan en om voor alle zonden die wij zouden begaan te boeten. Onze Heiland maakte voor ons de enige weg vrij om weer thuis te komen bij onze hemelse Vader en bij Hem. Als de Heilige Geest ons net voldoende kan vertellen

VOOR DE HUISONDERWIJZERS

Nadat u dit artikel met een gebed in uw hart hebt bestudeerd, bespreekt u het zo dat iedereen aan de bespreking kan deelnemen. Enkele voorbeelden:

1. Zing of lees de eerste twee coupletten van 'Uw liefde, Heer' (*lofzang* 81). Let op de liefdevolle relatie die in deze lofzang wordt beschreven. Lees de ervaring van president Eyring toen hij en zijn vader in New York afscheid van elkaar namen. Nodig de leden van het gezin uit om over hun gevoelens te vertellen toen ze een dierbaar iemand een tijdje moesten achterlaten. Bespreek hoe de gezinsleden zich door gebed dichter bij onze hemelse Vader, Jezus Christus en elkaar kunnen voelen.

2. Laat een hart van papier zien waarop 'Gods wil' is geschreven. Lees de paragraaf 'Geen oppervlakkige gebeden' en vraag wat president Cannon bedoelt met 'zijn wil in mijn hart griffen'. Bespreek hoe de gezinsleden kunnen 'bidden (...) om de wil van de Heer in hun hart gegrift te krijgen, waarna zij gewillig [zullen] heengaan en doen wat de Heer van hen verwacht'. Getuig hoe het gebed ons helpt de wil van God te kennen.

wie we zijn, zouden we kunnen voelen wat Enos voelde. Hij bad als volgt:

'En mijn ziel hongerde; en ik knielde voor mijn Maker neer en ik riep Hem aan in machtig gebed en smeking voor mijn eigen ziel; en de gehele dag riep ik Hem aan; ja, en toen de avond viel, verhief ik mijn stem nog steeds, zodat zij tot de hemelen reikte.

'En er kwam een stem tot mij, zeggende: Enos, uw zonden zijn u vergeven, en gij zult worden gezegend' (Enos 1:4-5).

Ik kan u beloven dat u geen grotere vreugde zult ervaren dan die u zult voelen als een van uw kinderen in moeilijke tijden in gebed gaat en een dergelijk antwoord krijgt. Op een dag zult u van hem of haar gescheiden worden. U zult ernaar verlangen weer herenigd te worden. Onze liefhebberende hemelse Vader weet dat dit verlangen nooit overgaat totdat wij als gezin met Hem en zijn geliefde Zoon herenigd worden. Hij heeft het zo geregeld dat al zijn kinderen die zegening nodig hebben. Om die te vinden moeten ze God er zelf om vragen, zonder te twifelen, zoals Joseph Smith dat heeft gedaan.

Mijn vader was die dag in New York bezorgd, omdat hij wist — en mijn moeder wist dat ook — dat de enige echte tragedie zou zijn dat we voorgoed van elkaar gescheiden

zouden zijn. Daarom leerden ze mij bidden. Zij wisten dat we met Gods hulp en met zijn beloften voor eeuwig bij elkaar konden zijn. Zij leerden mij bidden door hun voorbeeld. Doet u dat ook.

De middag waarop mijn moeder stierf, gingen we vanuit het ziekenhuis naar ons ouderlijk huis. Een tijdje zaten we stil in de donkere woonkamer. Vader stond op en ging naar zijn slaapkamer, waar hij een paar minuten bleef. Toen hij de woonkamer weer binnenliep, had hij een glimlach op zijn gezicht. Hij zei dat hij om moeder bezorgd was geweest. Terwijl hij haar spullen in de verpleegkamer meenam en het personeel bedankte voor hun goede zorgen, dacht hij aan haar — dat ze binnen enkele minuten na haar dood naar de geestenwereld was gegaan. Hij was bang dat ze daar alleen zou zijn als er niemand was om haar te begroeten. Hij was naar zijn slaapkamer gegaan om zijn hemelse Vader te vragen of iemand Mildred, zijn vrouw en mijn moeder, zou begroeten. Hij zei dat hij in zijn gebed het antwoord had gekregen dat zijn moeder zijn lieve vrouw had verwelkomd. Dat bracht ook bij mij een glimlach teweeg. Oma Eyring was niet erg groot. Ik zag duidelijk voor me hoe ze door de menigte snelde op haar korte beentjes om mijn moeder te verwelkomen.

Vader was op dat moment vast niet van plan geweest mij een les in bidden te geven, maar hij deed dat wel. Ik kan me geen enkele preek over bidden van mijn moeder of mijn vader herinneren. Zij baden in slechte tijden en in goede tijden. Zij vertelden ons op een vanzelfsprekende manier hoe goed God was, hoe machtig en hoe dichtbij. De meeste gebeden die ik gehoord heb, gingen over wat ervoor nodig was om eeuwig bij elkaar te zijn. En de antwoorden die in mijn hart gegrift blijven, zijn de gevoelens van geruststelling dat we op de goede weg waren.

Toen ik in mijn geest mijn grootmoeder op mijn moeder zag toelopen, voelde ik grote

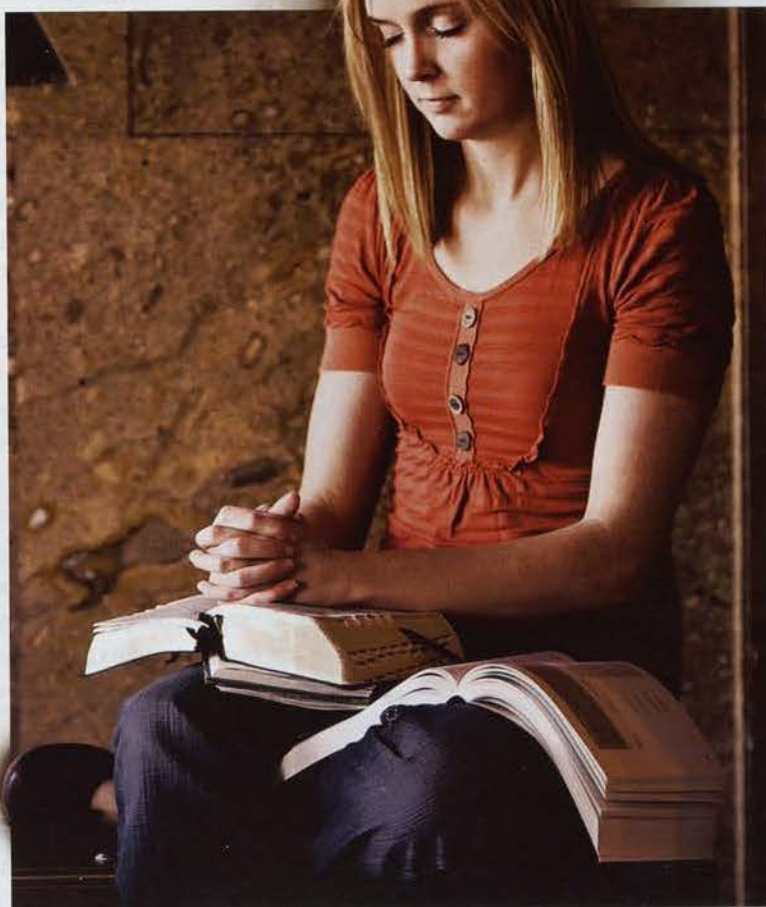
vreugde voor hen en het verlangen om mijn lieve vrouw en onze kinderen ook zo bijeen te brengen. Dat verlangen zet ons ertoe aan onze kinderen te leren bidden.

Ik getuig dat onze hemelse Vader de smeekbeden beantwoordt van getrouwe ouders die willen weten hoe ze hun kinderen moeten leren bidden. Als dienstknecht van Jezus Christus getuig ik dat wij wegens zijn zoenoffer als gezin het eeuwige leven kunnen hebben, als we ons houden aan de verbonden die ons in deze, zijn kerk worden aangeboden. ■

NOOT

1. George Q. Cannon, 'Remarks', *Deseret Semi-Weekly News*, 30 september 1890, p. 2; cursivering toegevoegd.

Als kinderen later niet meer thuis wonen, kan het gebed de door de ouders gewenste bescherming bieden.



Ouderling Neil L. Andersen: *een gelovig man*

OUDERLING D. TODD CHRISTOFFERSON

van het Quorum der Twaalf Apostelen

Op een avond in februari 1968 stond Neil Anderson in het middelpunt van de belangstelling. Hij was geselecteerd om de middelbare scholen van de staat Idaho te vertegenwoordigen in de Student Burgesses, een bijeenkomst van leerlingen uit 37 landen en uit alle vijftig staten in de Verenigde Staten. De leerlingen kwamen bij elkaar in Williamsburg (Virginia) om te praten over de problemen waarmee democratieën te kampen krijgen.

Het was de eerste keer dat de 16-jarige Neil, die op een kleine boerderij in Pocatello (Idaho) was opgegroeid, in een vliegtuig stapte, zo ver van huis ging, en zich onder zoveel intelligente en ontwikkelde jongeren bevond.

Toen ze over verschillende wereldkwesties spraken, werd al snel duidelijk dat Neil lid van de kerk was. Sommige jongeren vielen zijn geloofsovertuiging aan. De jonge Neil had nog nooit zulke indringende vragen over zijn geloof voorgeschoteld gekregen.

'Ik weet nog dat ik in gedachten bad dat ik de juiste woorden zou spreken', zegt hij. 'Wat er toen gebeurde, was volgens mij een wonder. Ik vertelde ze meer dan ik wist. Ik voelde de kracht van de Heer, die me leidde bij het uitleggen van deze gevoelige onderwerpen en mijn diepe overtuigingen. Terwijl ik sprak, kon ik de Geest van de Heer voelen. Achteraf spraken ze hun waardering uit en lieten ze weten dat ze respect voor mijn overtuiging hadden.'

'Ik heb geleerd dat er van dit heilige werk een sterke kracht en invloed uitgaat, die het verdedigen waard is. Ik begreep dat als wij getrouw zijn, "altijd bereid tot verantwoording aan al wie [ons] rekenschap vraagt van de hoop die in [ons] is" (1 Petrus 3:15), de Heer ons zal zegenen op manieren die onze eigen vaardigheden overstijgen.' Zo heeft ouderling Neil L. Andersen zijn leven geleid — handelend in geloof.

Een fundament van geloof

Neil Linden Andersen is op 9 augustus 1951 geboren, als zoon van Lyle en Kathryn Andersen. Hij was het derde kind van vijf. Neils vader studeerde landbouwwetenschappen aan de Utah State University. Toen Neil drie was, verhuisde het gezin naar Colorado.





Neils ouders onderwezen hun kinderen door hun eigen voorbeeld van geloof en opoffering. Ze woonden 145 kilometer van het kerkgebouw vandaan. De reis naar het kerkgebouw iedere zondag was gewoon vanzelfsprekend. 'We wilden onze kinderen laten zien hoe belangrijk de kerk is', legt zijn moeder, Kathryn, uit.

Toen Neil vijf was, verhuisde het gezin naar een melkveehouderij in Pocatello (Idaho). Neil fokte konijnen, reed paard en speelde in de velden met de andere kinderen. Toen Neil zeven was, ontsnapte een van zijn lievelingskonijnen uit zijn kooi. Hij vertelt:

'Ik zocht overal op de boerderij, maar kon het konijn nergens vinden. Ik weet nog dat ik achter een oude schuur liep om te bidden dat ik het konijn zou kunnen vinden.

'Meteen na mijn gebed moest ik aan een plek onder wat planken denken. En toen ik daar ging kijken, vond ik inderdaad mijn konijn. Door deze en veel andere ervaringen heb ik geleerd dat de Heer ieders kleine en eenvoudige gebeden beantwoordt.'

Door het leven op de boerderij van zijn ouders leerde Neil hard werken. 'Ik heb veel koeien gemelkt en irrigatieleidingen aangelegd. Ik kan me nog herinneren dat we op kerstochtend eerst de koeien moesten melken voordat we onze cadeautjes mochten openmaken. Nu ik aan die tijd terugdenk, besef ik hoe belangrijk het is om te leren dat hard werken deel uitmaakt van het leven.'

Als jongeman deed Neil ook veel aan sport. Tijdens het voortgezet onderwijs blonk hij uit als veldloper. Maar hij gebruikte het meeste van zijn energie op andere manieren.

Zijn moeder herinnert zich: 'Toen hij op de Highland High School zat, was hij tevens lid van Boys State in Boise (Idaho) en werd hij door alle andere afgevaardigden als president gekozen. Hij was president van de Idaho Association of Student Councils, waarin alle leerlingenraden van middelbare scholen in Idaho vertegenwoordigd waren.'

Als eerstejaarsstudent aan de Brigham Young University in 1969 was Neil Andersen een ijverig student. Maar, zegt zijn zus Sheri, 'hoe gedreven hij ook met zijn opleiding bezig was, hij wilde altijd op zending gaan. De enige vraag die hem daarbij bezighield was of hij wel voldoende voorbereid was om te dienen. Ik was ervan onder de indruk dat voor hem geloof een keuze inhield.'

Ouderling Andersen herinnert zich ook dat hij de Heer die vraag stelde. Tijdens de laatste algemene conferentie zei hij: 'Je weet niet alles, maar je weet genoeg!'¹ Met die zekerheid accepteerde Neil Andersen zijn zendingsoproep en diende hij trouw in Frankrijk.

Na zijn zending bleef Neil goede resultaten op de BYU behalen. Hij werd gekozen als Edwin S. Hinckley Scholar en als vice-president van de studentenraad.

Op de BYU ontmoette hij de persoon die de grootste invloed op zijn leven zou hebben: Kathy Sue Williams. Hij en Kathy trouwden op 20 maart 1975 in de Salt Laketempel, vlak voordat hij afstudeerde. Vervolgens studeerde hij twee jaar op Harvard University, waar hij in 1977 een MBA behaalde.

Aandacht voor het gezin

Neil en Kathy kregen hun eerste kind toen hij aan Harvard studeerde, tegen het einde van hun eerste huwelijksjaar.

Tegenoverliggende pagina (v.l.n.r.): Neil L. Andersen nu en als tiener op het voortgezet onderwijs in Pocatello (Idaho). Boven (v.l.n.r.): Neil (midden) met zijn ouders, Kathryn en Lyle, zijn zussen Lauri en Sheri, en zijn broer, Alan (1962); Neil als jongeman op de boerderij in Idaho. Onder: Neil als zendeling in Frankrijk (1970-1972).





Boven: Neil en Kathy op hun huwelijksdag in 1975 bij de Salt Laketempel.

Rechts: Neil en Kathy met hun kinderen, Brandt, Derek, Camey (Hadlock) [achter], en Kristen (Ebert), in Tampa (Florida) in 1988. Tegenoverliggende pagina: De familie Andersen in Frankrijk, toen ouderling Andersen daar rond 1990 zendingspresident was.

Daarna kregen ze nog drie kinderen.

Toen er kinderen kwamen, stelde Kathy haar studie uit, maar ze had zich voorgenomen om die graad te behalen. Ouderling Andersen heeft daar bewondering voor: 'Toen we in Brazilië waren [waar ouderling Andersen lid van het gebiedspresidium was] en de kinderen niet meer thuis woonden, sloeg ze haar boeken open, leerde ze Portugees — en studeerde ze af. Ze is zo volhardend!'

Toen hij zijn MBA had behaald, verhuisde het gezin naar Tampa (Florida), waar ze zich levenslang

wilden vestigen, want daar was Kathy opgegroeid en daar woonde haar familie. Neil hield zich bezig met verscheidene succesvolle ondernemingen, in projectontwikkeling, gezondheidszorg en reclame. Maar de Heer had andere plannen voor hem.

Toen hij in 1989 lid van een ringpresidium was, werd Neil geroepen als zendingspresident in Bordeaux (Frankrijk). Toen hij in 1992 naar Florida terugkeerde, werd hij binnen een maand geroepen als president van de ring Tampa (Florida). Het volgende jaar kreeg hij een nieuwe roeping: lid van het Eerste Quorum der Zeventig. In 2005 werd hij geroepen als lid van het Presidium der Zeventig. En in april 2009 is hij geroepen als lid van het Quorum der Twaalf Apostelen.

Ondanks de druk van zijn werk en kerkroeping tijdens vele jaren, bleef hij altijd een toegewijde vader voor zijn gezin.

Hun oudste dochter, Camey Hadlock, zegt: 'Pappa [zoals zijn zoons en dochters hem vertederend noemen] had altijd tijd voor zijn kinderen. Iedere maand ging hij bijvoorbeeld met elk van zijn

kinderen ergens ontbijten. Hij liet ons uitzoeken waar we naartoe wilden gaan en waar we over wilden praten. We keken er altijd naar uit om zijn onverdeelde aandacht te hebben.'

Derek Andersen herinnert zich dat zijn vader de tijd nam om met zijn kinderen te spelen: 'Toen we opgroeiden, speelden we als gezin graag basketbal. Als hij van werk thuiskwam, speelden mijn vader en ik samen tegen mijn oudere broer.'

Hun dochter Kristen Ebert herinnert zich dat haar vader het erg druk had, maar 'dat hij altijd de tijd nam om te luisteren en goede raad te geven.'

Het gezin Andersen was zo trouw in het samen bestuderen van de Schriften en het zingen van lofzangen iedere avond dat de



kinderen het samen deden ook als de ouders pas laat thuiskwamen.

Voor de gezinsavond bestudeerden ze vaak conferentietoespraken uit de *Liahona*. 'Het was duidelijk dat als de profeet sprak, wij luisterden', zegt Derek.

Zuster Andersen zegt: 'Neil is een man met veel geloof en liefde voor de Heiland. Door zijn liefdevolle, vriendelijke aard hebben de kinderen en ik veel kracht ontvangen en is ons leven met geluk en gemoedsrust vervuld.'

Aan de manier waarop haar man haar behandelt, kun je zien dat Kathy de spil van het gezin is. Ze legt uit: 'Neil is altijd erg dankbaar voor de kleine dingen die ik iedere dag doe — dingen die veel mensen niet eens zouden merken of die ze als onbelangrijk zouden beschouwen, zoals het schoonmaken van het huis, het klaarmaken van het eten of het doen van de was.'

Kristen zegt: 'Ik heb altijd bewondering gehad voor het voorbeeld van mijn vader, die mijn moeder altijd vriendelijk en respectvol behandelde. Hij doet de deur voor haar open, helpt haar als ze gaat zitten, biedt aan om de afwas te doen, enzovoorts.'

Ouderling Andersen zegt: 'Kathy is onvoorwaardelijk trouw aan de Heer, en aan mij en de kinderen. Ze doet zoveel om mij en de kinderen op de eerste plaats te zetten. Het is onmogelijk om haar niet volledig lief te hebben en te helpen.'

'Toen ik met haar trouwde,' zegt hij, 'gingen de normen in mijn leven flink omhoog — heel consequent in gebed en schriftstudie, en nauwkeurig gehoorzaam aan de geboden. Haar invloed op mij en onze kinderen is uitzonderlijk. Ze heeft een zuiver en gedisciplineerd geloof.'

Ouderling Andersen zegt dat zijn vrouw een grote steun voor de kinderen is geweest in moeilijke omstandigheden. Inclusief hun zending hebben ze tien van de afgelopen twintig jaar buiten de Verenigde Staten doorgebracht, en zijn ze acht keer verhuisd. 'Je kunt zien hoe moeilijk het voor onze kinderen was om bijna elk jaar te verhuizen: nieuwe vrienden en vaak een heel nieuw land. Kathy was de kracht die iedereen bij elkaar hield en ze ervan overtuigde dat het een positieve ervaring voor ze zou zijn.'

Ook de kinderen bleken veerkrachtig te zijn. 'We hebben veel waardering voor de offers die de kinderen al die

jaren hebben gebracht. De Heer heeft ze rijkelijk gezegend met een uitverkoren huwelijkspartner en prachtige kinderen', aldus ouderling Andersen.

Op de Heer vertrouwen

Toen president Thomas S. Monson, toen raadgever in het Eerste Presidium, Neil Andersen als zendingspresident riep, moest hij een financieel offer brengen. Neil was eigenaar van een goedlopend en groeiend reclamebureau. 'Het is een bedrijf dat je niet gemakkelijk aan een ander kunt overdragen', legt ouderling Andersen uit. 'We accepteerden de roeping ook al wisten we niet hoe de overgang zou verlopen.'

Zuster Andersen voegt daaraan toe: 'Ik heb altijd vertrouwen in zijn geloof gehad. Hij heeft ons er altijd van verzekerd: "Als wij de Heer op de eerste plaats zetten, zal Hij de weg voor ons bereiden, en zullen er wonderen plaatsvinden."'

Binnen enkele weken dook helemaal uit het niets iemand op die een bod op het bedrijf uitbracht. 'Hier was duidelijk de wonderbaarlijke hand van de Heer werkzaam', aldus ouderling Andersen.

De zendingen in Frankrijk hebben voortdurend geleerd dat het werk van de Heer een wonderbaarlijk werk is. Kurt Christensen, die als zending onder president Andersen heeft gewerkt, legt uit: 'Hij inspireerde ons altijd om de zegeningen te zien waarmee de Heer Frankrijk wilde zegenen. Hij leerde ons zuiver geloof te oefenen en nauwgezette gehoorzaamheid, en de Heer heeft zijn wonderen over ons uitgestort.'

Waar de familie Andersen ook gewoond heeft — West-Europa, Brazilië, Mexico en elders — ze hebben de toegewijde leden van de kerk liefgehad en hebben ijverig geprobeerd om de taal van die landen te leren. Toen Kathy een keer iets zei over de talloze uren die Neil besteedde om talen te leren, zei hij dat hij een gave van de Geest had ontvangen en dat de Heer van hem verwachtte dat hij die gave ijverig zou ontwikkelen.





Ouderling Andersen spreekt nu Frans, Portugees en Spaans.

De algemene autoriteiten volgen

'Het Eerste Presidium en de Twaalf zijn nu al zestien jaar lang mijn voorbeelden en mijn leraren', aldus ouderling Andersen na zijn roeping tot de Twaalf tijdens de algemene conferentie. 'Ik heb hun liefde ervaren en ook hun zekere getuigenis van onze hemelse Vader en zijn Zoon. Ik heb gezien hoe zij zich onvermoeibaar inzetten om het koninkrijk Gods op te bouwen. Ik heb gezien hoe de macht Gods op hen rustte en hen grootmaakte en verhieft. Ik ben er getuige van dat hun profetische stem in vervulling is gegaan.'²

Toen ouderling Andersen werkzaam was als algemeen bestuurder van de afdeling audiovisuele middelen van de kerk, had hij bijna iedere week een vergadering met president James E. Faust (1920–2007). 'Ik sprak een keer met president Faust over een lastig probleem waar ik mee kampte', herinnert ouderling Andersen zich. 'Hij zei: "Neil, heb je erover gebeden? Heb je net als Enos een hele nacht gebeden?" En toen ging hij in zijn stoel zitten en zei: "Ik heb vaak een hele nacht gebeden om de oplossing voor een moeilijk probleem te vinden. Ook jij zult op die manier je antwoord ontvangen." Hij had gelijk.'

Ouderling Andersen was toen verantwoordelijk voor de film *The Testaments of One Fold and One Shepherd*; voor mormon.org, de zendingswebsite van de kerk; en de installatie van de audiovisuele systemen in het Conferentiecentrum in Salt Lake City.

Door die ervaringen heeft ouderling Andersen de leiding van het Eerste Presidium en de Twaalf ervaren. 'De algemene autoriteiten leren je wat geestelijke kracht is. Ze brengen je niet alleen feiten bij; ze leren je naar de Heer te luisteren en Hem te begrijpen. Je leert dat je een dienstknecht van de Heer bent.'

Aandacht voor die ene

Ouderling Andersen zegt: 'President Monson is een geweldig voorbeeld voor mij en veel anderen. Hij leert

ons dat we net als de Heiland anderen moeten helpen. Hij zegt altijd dat er geen grotere vreugde bestaat dan te weten dat je een werktuig in de handen van de Heer bent om een oprecht gebed te beantwoorden.'

Deze beginselen hebben wortel geschoten in het leven van ouderling Andersen.

De moeder van een jongeman die ouderling Andersen een keer ontmoet had, herinnert zich dat haar zoon een keer 'op het punt stond om mentaal en lichamelijk in te storten', toen hij ouderling en zuster Andersen aan een tafeltje in een cafetaria zag zitten. 'Mijn zoon vertelde ons later: "Ik had niemand anders durven benaderen, maar toen ik ouderling Andersen zag zitten, wist ik dat hij me liefhad, en ik stond meteen op en sprak hem aan."'

Ondanks de grote verandering in het uiterlijk van de jongeman door de crisis die hij meemaakte, herkende ouderling Andersen hem en noemde hij hem bij naam. Ouderling en zuster Andersen namen de jongeman mee naar huis, gaven hem te eten en hadden een lang gesprek met hem. Toen het bijna middernacht was, reed ouderling Andersen enkele uren om de jongeman naar huis te brengen.

OVERZICHT VAN ZIJN KERKWERK

1970–1972: Zending, Frankrijk

1984–1989: Raadgever, presidium van de ring Tampa (Florida)

1989–1992: President, zendingsgebied Bordeaux (Frankrijk)

1992–1993: President, ring Tampa (Florida)

1993: geroepen als lid van het Eerste Quorum der Zeventig

1994–1997: Raadgever, presidium gebied Europa-West

1998–2001: Algemeen bestuurder van de afdeling audiovisuele middelen

2002–2005: President, presidium gebied Brazilië-Zuid

2005–2009: Lid van het Presidium der Zeventig

2008–2009: Senior-president, Presidium der Zeventig

April 2009: Geroepen als lid van het Quorum der Twaalf Apostelen



'Daarmee hield het niet op voor ouderling Andersen', legt de moeder uit. 'Nu, jaren later, heeft hij nog steeds contact met onze zoon. Hij toont interesse voor hem. Hij heeft onze zoon gered.'

Toen ouderling Andersen een keer een ziekenhuis bezocht, zag hij de 26-jarige patiënte Lora McPherson, die herstellende was van een kankeroperatie. Haar moeder, Nancy, vertelt:

'[Ouderling Andersen] gaf haar een zegen, stuurde haar een exemplaar van de toespraken van een recente algemene conferentie en liet Laura later vertellen waar ze dankbaar voor was. Haar antwoorden gebruikte hij later in een toespraak op de BYU-Hawaï.

'Toen Laura herstellende was, nodigde ouderling Andersen haar uit bij hem op kantoor en gaf hij haar een rondleiding in het bestuursgebouw van de kerk.

'Toen enkele maanden later duidelijk werd dat Laura's tijd op aarde ten einde liep, gaf ouderling Andersen haar een prachtige zegen, die haar veel troost gaf in de voorbereiding op haar overgang naar het volgende leven. Later paste hij zijn reisschema aan om op haar begrafenis te kunnen spreken.

'We zijn zo onder de indruk van de gave van ouderling Andersen om zich tegelijk te kwijten van zijn wereldwijde en gezinstaken en nog steeds tijd te maken voor die ene. Hij is werkelijk een voorbeeld van de aanmoediging van de Heiland om mensen in nood te vinden en te dienen.'

Een dienstknecht van de Heer

Over de roeping van zijn vader tot apostel zegt zijn zoon Brandt: 'Deze roeping is ingrijpend, maar zal het leven van mijn ouders niet veranderen. Ze zijn hetzelfde in de privésfeer als in het openbaar.' Iedereen die ouderling Neil L. Andersen kent, zal het daarmee eens zijn.

Ik beschouw het een zegen om ouderling Andersen als algemeen autoriteit zo goed te kennen. Het geloof dat in zijn jeugd al zo sterk aanwezig was, houdt hem nog steeds staande. Hij verkondigt het evangelie vol overtuiging, voornamelijk omdat hij het in alle aspecten van zijn leven zo trouw naleeft. Zijn raad is altijd verstandig. Ik heb gezien dat hij gezegend is met profetisch inzicht en ben ervan overtuigd dat het alleen maar zal groeien met de mantel van zijn nieuwe roeping als apostel van de Heer Jezus Christus.

Toen hij met deze heilige taak begon, zei ouderling Andersen nederig: 'Het troost mij dat de Heer mij juist in één vaste vereiste voor het heilig apostelschap ten eerste heeft gezegend. Ik weet door de kracht van de Heilige Geest met volmaakte en zekere klaarheid dat Jezus de Christus is, de geliefde Zoon van God.'³ ■

NOTEN

1. Neil L. Andersen, 'Je weet genoeg', *Liahona*, november 2008, p. 13.
2. Neil L. Andersen, 'Kom tot Hem', *Liahona*, mei 2009, p. 79.
3. Neil L. Andersen, *Liahona*, mei 2009, p. 78.

Tegenoverliggende pagina (v.l.n.r.): Met president James E. Faust na de productie van de film *The Testaments of One Fold and One Shepherd* in 2000; als spreker tijdens een viering rond de herinwijding van de São Paulotempel (Brazilië) in 2004; als zendingspresident met president President Boyd K. Packer tijdens de organisatie van de ring Bordeaux (Frankrijk) in 1992; met ouderling D. Todd Christofferson tijdens de algemene aprilconferentie in 2009. Rechts: Ouderling en zuster Andersen met hun kinderen en kleinkinderen in 2006.



Beter dan een tien

Welke held kan een snoezige zevenjarige negeren?

SHANDA STEPHENS

De woorden tolden in mijn hoofd bij mijn wanhopige pogingen om mij te concentreren op de *Hel* van Dante. Ik staarde naar de klok in de woonkamer. Het was al tien uur in de avond. Ik had de volgende ochtend een quiz over acht hoofdstukken van de *Hel* die ik nog niet had gelezen, ik moest nog een samenvatting schrijven voor Engels en ik moest om zes uur 's morgens in het seminariegebouw zijn. Ik moest ook zo naar bed. Ik las:

*Gedreven door liefde tot mijn vaderstad
verzamelde ik de overal verspreid liggende bladeren,
waarna ik ze teruggaf aan de schim,
die inmiddels had opgehouden te spreken.¹*

Ik had eindelijk de concentratie te pakken om deze lange avond door te komen.

*(...) Vervolgens bereikten we de grens
tussen de tweede en de derde cirkel,
een punt vanwaar men de gruwelijke uitwerking van
Gods gerechtigheid
in alle duidelijkheid kan aanschouwen.*

'Hoi Shan', hoorde ik Shallen, mijn zevenjarige zusje, zeggen.

Ik zuchtte in de hoop dat ze weg zou gaan. Waar was ik gebleven? Hmmm (...) *aanschouwen* (...) *aanschouwen* (...) aha!

*(...) Om de onvoorstelbare verschrikkingen
van dat gebied goed te beschrijven (...)*

Ik kon me niet concentreren. Ik voelde dat Shallens kindersnoet mij voortdurend gadesloeg. Ik voelde me gevangen door de priemende blikken van mijn lastige zusje. Haar sprankelende, smaragdgroene ogen lichtten op toen ze zag dat ik haar aankeek.

'Vandaag op school zei de juf dat er voor alle leerlingen

uit groep vier een heldendag komt, en dat we ons als onze held mogen verkleden en dat we iets mogen vertellen en dat wordt erg leuk, en we mogen de kleren van onze held de hele dag aan, zelfs in de pauze, en we (...)'

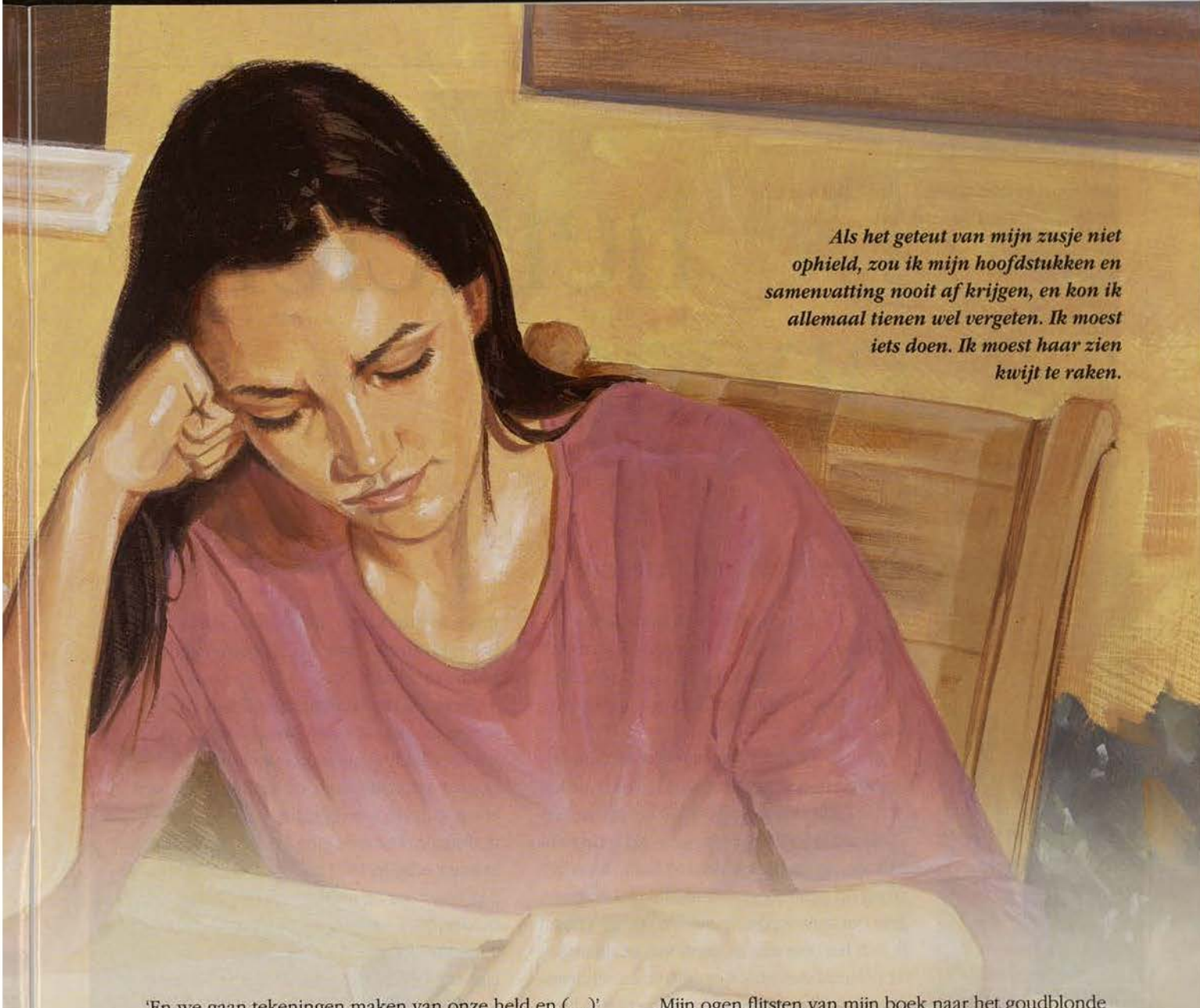
Ik wist dat als het geteut van mijn zusje niet ophield, ik mijn hoofdstukken en belangrijke samenvatting nooit af zou krijgen, en allemaal tien wel kon vergeten.

Ik moest iets doen. Ik moest haar zien kwijt te raken. Haar negeren zou haar hopelijk gaan vervelen, en dan zou ze haar 'heldendagverhaal' wel aan iemand anders in het gezin afsteken.

Met mijn wijsvinger keerde ik weer naar mijn plek in de *Hel* terug:

*(...) moet ik zeggen dat we
aan een vlakte kwamen die zo (...)*





Als het geteut van mijn zusje niet ophield, zou ik mijn hoofdstukken en samenvatting nooit af krijgen, en kon ik allemaal tieners wel vergeten. Ik moest iets doen. Ik moest haar zien kwijt te raken.

'En we gaan tekeningen maken van onze held en (...)'
Waarom zag ze niet in dat ik de hele nacht met mijn huiswerk bezig zou zijn? Ik begon bijna in boosheid uit te barsten, toen ze ineens ophield met praten. Ik was verbouwereerd. Ik hield mijn ogen strak op mijn boek gericht, en hoopte dat ze eindelijk mijn gebrek aan belangstelling had opgemerkt.

'Shan', fluisterde ze met haar onschuldige, lieve stemmetje.

Mijn ogen waren nog steeds op de woorden van Dante gericht. Ze wachtte even. Ik blikte omhoog om de wanhoop in haar gebogen hoofd te zien omdat ik haar bleef negeren. Ik begon me schuldig te voelen, maar begroef mijn ogen nog dieper in de letters op de verbleekte bladzijden.

'Shan, ik wil dat jij mijn held bent. Mag ik jouw strandwachtuniform aan op de heldendag?'

Mijn ogen flitsten van mijn boek naar het goudblonde haar rondom het sippe gezichtje van mijn zusje. Ik had nooit gedacht dat ik Shallens held was — een held die niet eens de tijd nam voor een snoezige zevenjarige. Mijn hart kromp van schuld en schaamte in elkaar toen ik besepte hoe zelfzuchtig ik was.

Ik legde mijn pen en het boek aan de kant. Ik nam mijn lieve kleine bewonderaar aan de hand mee naar mijn kamer. Ik trok haar mijn door de zon verbleekte shirt aan, deed haar mijn zonneklep op en hing haar de door het water aange-taste fluitje om de hals waarop met vage letters 'Shanda' stond. Ze keek naar me op en straalde nog meer dan anders. Door haar liefde wist ik dat mijn kleine zusje veel belangrijker was dan welk cijfer dat ik ooit zou kunnen krijgen. ■

NOOT

1. Zie Dante, *Hel*, canto 14.

De hemelen openen



Wilt u dat de hemelen dagelijks voor u geopend worden? Er is een manier. Daarvoor gebruikt u hetzelfde patroon als de profeet Joseph Smith.

OUDERLING YOSHIHIKO KIKUCHI

van de Zeventig

Wilt u de liefde van God sterker voelen in uw leven? Wilt u beter afgestemd zijn op zijn Geest? Wilt u dat de hemelen dagelijks voor u geopend worden?

Er is een manier om dagelijks met Gods eeuwigdurende liefde te worden vervuld en uit 'de bron van levende wateren' te drinken (1 Nephi 11:25). Daarvoor gebruikt u hetzelfde patroon als de profeet Joseph Smith toen hij vroeg op een morgen in 1820 naar een bos ging om antwoorden te vinden op zijn vragen. Ik heb het over een moment van bezinning in de ochtend met gebed, meditatie en schriftstudie. Als u elke ochtend een moment van bezinning houdt, al is het maar een paar minuten, zult u rijkelijk gezegend worden. Ik weet dat dit waar is.

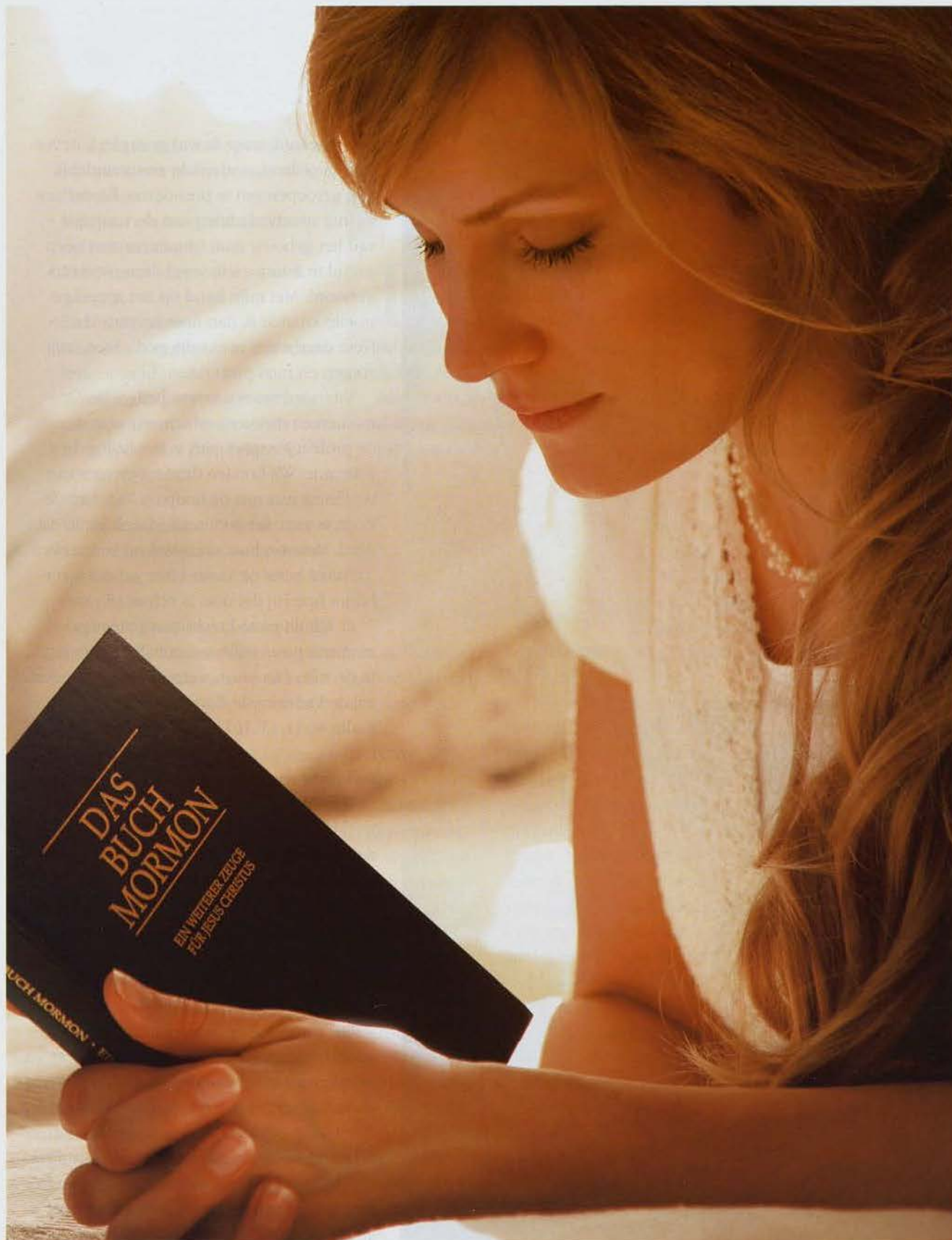
Aan het lawaai en het tumult ontsnappen

De profeet Joseph Smith merkte eens het volgende op over het openen van de hemelen: 'De manifestaties van de gave van de Heilige Geest, de bediening van engelen of de ontwikkeling van de macht, majesteit of heerlijkheid van God werden slechts uiterst zelden in het openbaar gemanifesteerd, (...) over het algemeen gebeurde dit als de engelen kwamen, of als God zich openbaarde, en dan is het aan individuele personen geweest,

privé, in hun kamer, of in de wildernis of het veld, en dan over het algemeen zonder lawaai of tumult.'¹

Helaas is het hedendaagse leven vol lawaai en tumult. Onze samenleving kent zoveel afleidingen die, als we ons er niet bewust aan onttrekken, de stem van de Geest ervan kunnen weerhouden om tot ons door te dringen. Daarom ging Joseph Smith op een lentedag in 1820 vroeg de deur uit naar een bos, waar hij in stilte en afzondering kon bidden over een religieuze kwestie. Het antwoord kwam met onvoorstelbare duidelijkheid toen zowel onze Hemelse Vader als Jezus Christus aan hem verschenen, waarbij de bedeling van de volheid der tijden werd ingeluid (zie Geschiedenis van — Joseph Smith 1:14–19).

Zo ligt ook de sleutel tot de geestelijke kracht die wij nodig hebben in wat president Thomas S. Monson eens beschreef als ons eigen 'heilige bos'. Hij gaf toen instructies aan de bisschoppen, maar deze raad geldt voor alle leden van de kerk: 'Elke bisschop heeft een heilig bos nodig waar hij zich kan terugtrekken om te mediteren en te bidden om leiding. Dat van mij was ons oude kerkgebouw. Ik kan u niet vertellen hoe vaak ik 's avonds laat in het donker de weg naar het podium van dit gebouw





heb afgelegd, waar ik was gezegend, bevestigd, geordend, onderricht en uiteindelijk ben geroepen om te presideren. Er viel een weinig straatverlichting aan de voorzijde van het gebouw naar binnen, er was geen geluid te horen en ik werd door niemand gestoord. Met mijn hand op het spreekgestoelte knielde ik dan neer en vertelde ik Hem daarboven over mijn gedachten, mijn zorgen en mijn problemen.¹²

Uiteraard moet u in uw 'heilige bos'-momenten niet verwachten wat er met de profeet Joseph Smith in het heilige bos gebeurde. Wij houden deze momenten van bezinning niet met de hoop de Vader en de Zoon te zien, net zomin als Joseph Smith dat deed. Maar we kunnen er wel op vertrouwen dat onze hemelse Vader onze gebeden verhoort; hoe Hij dat doet is echter zijn zaak.

Er schuilt grote kracht in regelmatige momenten van stille, gebedvolle bezinning. In de stilte van onze overpeinzingen kunnen wij de Vader en de Zoon leren kennen (zie Psalm 46:11; LV 101:16).

De kracht van ochtendgebed en schriftstudie

Toen ik als zendingspresident in Hawaï werkzaam was, sprak ik vaak met jonge zendingelingen die hun best deden om betere zendingelingen te worden. Ik herinner mij nog een zendingeling die erg ontmoedigd was geraakt. Hij kon het zendingswerk niet meer aan en begon zijn getuigenis in twijfel te trekken. Hij kwam naar mij toe met het verzoek om hem naar huis te sturen.

Dat deed ik niet, maar vroeg hem het voorbeeld van Nephi na te volgen bij het overdenken van en bidden over zijn zorgen en verlangens (zie 1 Nephi 10:17; 11:1). Deze aanpak pas ik al vele jaren toe, en vele andere algemene autoriteiten van de kerk met mij. Ik vroeg de zendingeling om naar zijn appartement te gaan en het volgende te doen:

- Vroeg in de ochtend opstaan — in zijn geval een paar minuten voor half zeven.
- Een paar minuten lichamelijke oefeningen doen.
- Zich wassen en scheren — zich reinigen.
- Zich aankleden.
- Naar een rustige plek in zijn appartement gaan.
- Knielen, zijn geest onderwerpen aan zijn hemelse Vader en Hem aanroepen. Met Hem praten in eerbiedig gebed.
- Wachten op zijn heilige inspiratie, in de Schriften of een recente conferentietoespraak lezen en de specifieke problemen die hij had, overdenken.

U moet in uw 'heilige bos'-momenten niet verwachten wat er met de profeet Joseph Smith in het heilige bos gebeurde. Maar we kunnen er wel op vertrouwen dat onze hemelse Vader onze gebeden verhoort.

Ik beloofde deze jonge zendeling dat als hij dit zou doen en zich elke dag een paar minuten in de Schriften zou verdiepen, vooral in het Boek van Mormon, hij een gevoel van vreugde zou ervaren en de kracht zou krijgen om door te gaan.³

Een paar dagen later kwam hij weer naar me toe. Met tranen in de ogen vertelde hij mij over zijn ervaringen tijdens die momenten van bezinning op de vroege ochtend. Hij is een uitstekende dienstknecht van de Heer geworden en heeft een eervolle zending vervuld. Zijn vrouw vertelde mij onlangs dat hij nog steeds vroeg opstaat om enige tijd alleen met zijn hemelse Vader door te brengen.

Ik heb ditzelfde beginsel aan alle zendingen overgebracht over wie ik heb mogen presideren. Ik was bezorgd dat we niet al het mogelijke deden om het licht van het evangelie aan de mensen in Hawaï te brengen. Binnen een relatief korte tijd nadat de zendingen 's morgens vroeg een moment van bezinning hielden, gingen het aantal verwijzingen van de leden en het aantal kansen om te onderwijzen omhoog. Het aantal dopelingen in onze zending werd eerst verdubbeld en daarna verdrievoudigd. Dit alles vond plaats omdat de inspanningen van de zendingen door de macht van de Heilige Geest werden vergroot.

Ik heb de geestelijke kracht zelf ervaren die in ons leven komt als wij ons aan dit principe houden. U zult

de liefde van God voelen en een reinigende, zuiverende vernieuwing van uw geest (zie 1 Nephi 11:22–25; LV 50:28–29). U zult momenten van openbaring ervaren, waarop de Geest uw geest influistert hoe u een betere vader, een betere moeder, een betere zoon of dochter, een betere discipel van Jezus Christus kunt zijn.

Oplossingen vinden voor dagelijkse problemen

Ik ken een goed lid van de kerk met een goed huwelijk en zes prachtige kinderen. Zij probeert een zo goed mogelijke echtgenote voor haar man te zijn en een zo goed mogelijke moeder voor haar kinderen. Ze is een goede jongevrouwenleidster in haar wijk. Maar soms voelt ze zich tekort-

schieten. Dan raakt ze ontmoedigd en voelt ze een leegte in haar ziel.

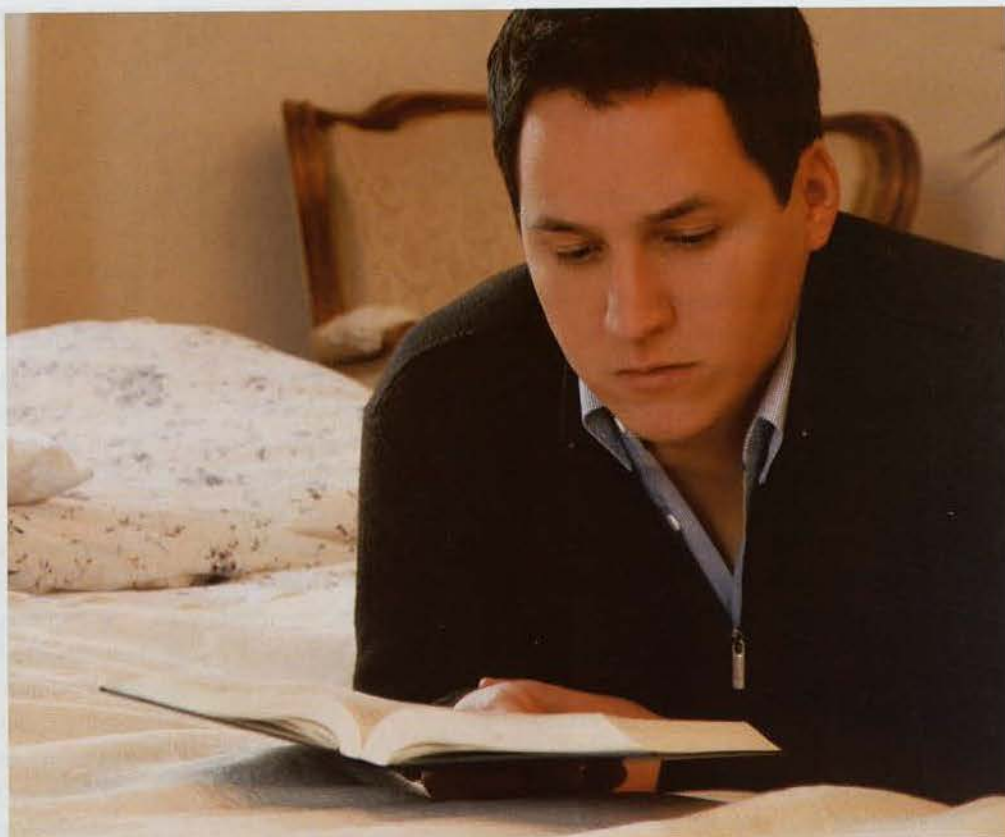
Op een dag kwam ze met haar man naar me toe en beschreef de machteloosheid die ze op die momenten voelde. Zij had haar zorgen al eerder met haar priesterschapsleiders en uitgebreid met haar man besproken, maar was er nog niet van verlost. Ik stelde haar voor om nadat haar man de deur uit was naar zijn werk en de kinderen naar school waren, een plekje in huis te zoeken waar ze eerbiedig en nederig met haar hemelse Vader kon communiceren. Ik stelde haar voor om God te danken voor haar zegeningen en dan te wachten op zijn heilige inspiratie. Zij beloofde dat elke dag te zullen doen.

Enige tijd later kreeg ik een brief van haar. Ze schreef dat ze tijdens die stille momenten elke dag op haar knieën was gegaan en haar zorgen aan de voeten van haar hemelse Vader had gelegd en Hij die last van haar had weggenomen. Zij voelde dat ze voor Hem heel waardevol was en vond een 'woord van troost voor zielenpijn'⁴ toen Hij haar ziel had genezen.

Meer begrip van de verzoening

Als wij bij onze dagelijkse momenten van bezinning geestelijke kracht opdoen, leren wij ook onze hemelse

Als wij bij onze dagelijkse momenten van bezinning geestelijke kracht opdoen, leren wij ook onze hemelse Vader en de Heiland en zijn verzoening beter kennen. Wij zullen de 'goedheid van Jezus' smaken en 'met een buitengewoon grote vreugde' de kracht van zijn eeuwige liefde voelen.



Vader en de Heiland en zijn verzoening beter kennen. Wij zullen 'de goedheid van Jezus' smaken (Mormon 1:15). Wij zullen 'met een buitengewoon grote vreugde' (1 Nephi 8:12) de kracht van zijn eeuwige liefde voelen. Wij zullen de Heiland nog meer gaan liefhebben om wat Hij tijdens zijn aardse bediening voor ons heeft gedaan — met name in Getsemane, aan het kruis en in de opstanding — en om wat Hij nu nog steeds voor ons doet (zie Johannes 6:51; Alma 7:11–12).

Jaren geleden had ouderling Melvin J. Ballard (1873–1939) van het Quorum der Twaalf Apostelen een ervaring tijdens een bezoek aan het indianenreservaat Fort Peck in Montana (VS). Bij die gelegenheid had hij inspiratie en kracht nodig om de mensen in die gemeenschap te helpen.

Hij droomde 's nachts dat hij een vertrek werd binnengeleid; daar zag hij 'op een verhoging het heerlijkste wezen zitten dat ik me ooit had kunnen voorstellen, en ik werd naar voren geleid om aan Hem te worden voorgesteld. Toen (...) glimlachte Hij, noemde me bij de naam, en strekte zijn hand naar me uit. Zelfs als ik een miljoen jaar zou worden, zou ik nog die glimlach niet vergeten. Hij sloeg zijn armen om me heen en kustte me, hield me stevig vast en zegende me totdat ik door en door ontroerd

was. Vervolgens viel ik aan zijn voeten, en toen zag ik de tekens van de nagels; en ik kustte Hem, terwijl diepe gevoelens van vreugde door mijn ziel stroomden. Ik had het gevoel dat ik echt in de hemel was. Het gevoel dat [ik had], was: O, om (...) in zijn tegenwoordigheid te kunnen komen en het gevoel te ontvangen dat ik *toen* (...) had; daar zou ik alles voor over hebben dat ik ben en ooit hoop te zijn!

'Ik weet — zowaar als ik leef — dat Hij leeft.'⁵

Ik weet niet of u diezelfde ervaring in dit leven zult hebben. Maar ik weet wel dat als u dagelijks op een stille plek in uw huis contact blijft zoeken met uw hemelse Vader, u Hem en onze Heiland op unieke wijze zult leren kennen (zie 3 Nephi 19:16–23, 25–29). Ik hoop dat u dat zult doen en de hemelen voor u geopend worden op de glorieuze manieren die uw hemelse Vader voor u heeft bereid. ■

NOTEN

1. *Leringen van kerkpresidenten: Joseph Smith* (leergang Melchizedekse priesterschap en ZHV, 2007), pp. 130–131; zie ook *History of the Church* deel 5, pp. 30–31.
2. Thomas S. Monson, 'The Bishop — Center Stage in Welfare', *Ensign*, november 1980, p. 90.
3. Zie 'Uw Geest, o Heer', lofzang 157.
4. Zie 'U wil ik volgen, Heer', lofzang 153.
5. In Melvin R. Ballard, *Melvin J. Ballard: Crusader for Righteousness* (1966), p. 66.

TE VEEL INFORMATIE?

PROBEER HET EENS ZONDER.
(ZIE LV 101:16.)



FOTO ILLUSTRATIE JOHN LIJKE



Oppassen voor gevaren van binnenuit

de legende van Mixco Viejo

ADAM C. OLSON
Kerkelijke tijdschriften

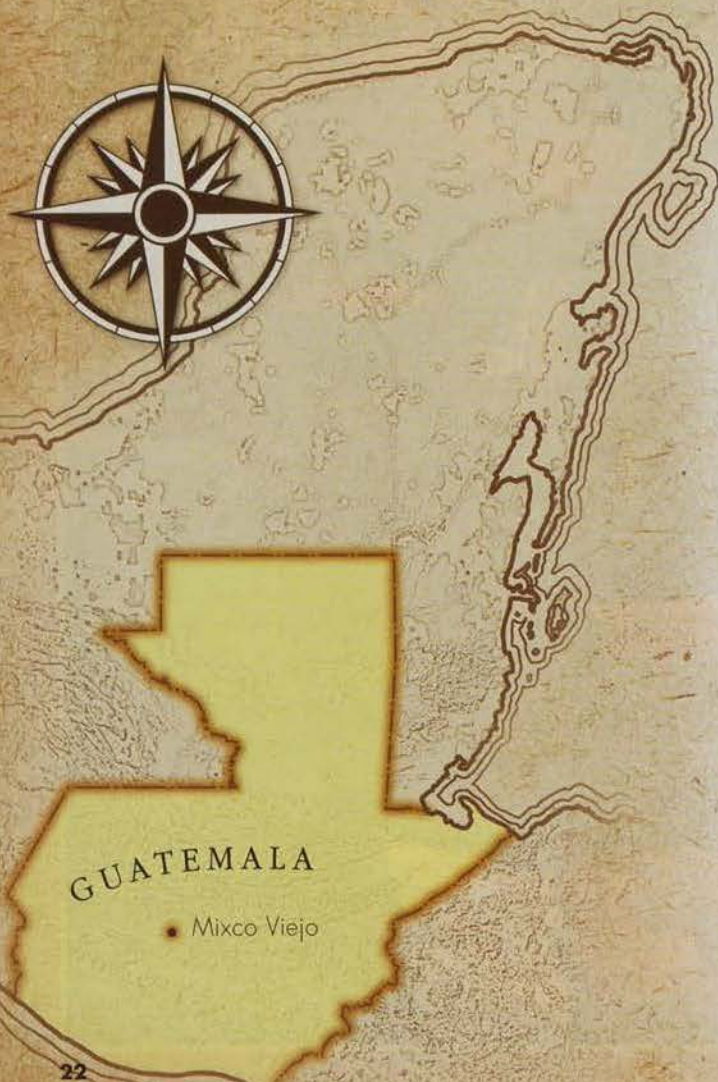
Byron Iquic onderbreekt even het laswerk waar hij mee bezig is, doet de klep voor zijn ogen omhoog en veegt het zweet van zijn gezicht. President Iquic is president van de gemeente San Juan in de ring Guatemala-Stad-Florida (Guatemala) en is bezig met de bouw van een nieuw huis voor zijn vrouw, Etelvina, en hun vier kinderen.

Hij houdt van zijn gezin en wil niet alleen een comfortabel, maar ook een veilig en solide huis. Sloten, verlichting en een dak en muren met de nodige stevigheid zijn zo wat dingen waarmee hij zijn gezin tegen mens en natuur wil beschermen.

Als hij over de bescherming van zijn dierbare gezin praat, pauzeert hij even. President Iquic kent de legende van Mixco Viejo en begrijpt dan ook dat het niet alleen van belang is dat het huis zaken van buitenaf kan weren, maar dat de grootste gevaren wel eens afkomstig kunnen zijn van wat het gezin binnenlaat.

De val van Mixco Viejo

Mixco Viejo is een tot ruïne vervallen stad dicht bij het huis van de familie Iquic, en is al in 900 n.C. ontstaan. De stad moet een indrukwekkend gezicht zijn geweest voordat ze ongeveer 500 jaar geleden werd verwoest. De versterkte stad bevond zich op een reeks heuvels met



steile hellingen aan alle kanten. Archeologen schatten dat de stad op een bepaald moment ruim 1500 inwoners had, met nog eens 7000 in de omliggende valleien.

De geschiedenis van de val van Mixco is deels onduidelijk, maar de legende is leerzaam. In 1525 liet de Spaanse veroveraar Pedro Alvarado Mixco Viejo omsingelen. De Spanjaarden en hun autochtone bondgenoten probeerden ruim een maand lang de stad in te nemen, en leden daarbij zware verliezen. Mixco Viejo leek echter een ondoordringbare vesting te zijn voor de mensen.

Maar volgens de legende was er nog een toegangsweg — een geheime doorgang naar de stad vanuit een grot verderop. Die kleine en goed verborgen doorgang leek de inwoners van Mixco Viejo wellicht niet de moeite waard om af te scherm.

De Spanjaarden vonden de doorgang echter, en wisten via de kleine bres in de verdediging de inwoners van de stad van binnenuit te overrompelen en Mixco Viejo te verwoesten.

Zwakheden onderkennen

President Iquic vergelijkt een woning en gezin met Mixco Viejo — geestelijk omsingeld waarbij Satan 'oorlog [voert] tegen de heiligen Gods en (...) hen geheel [omsingelt]' (LV 76:29).

'De vijand is altijd op zoek naar manieren om binnen te komen', zegt president Iquic. 'We moeten ons niet in onze slaap laten verrassen.'

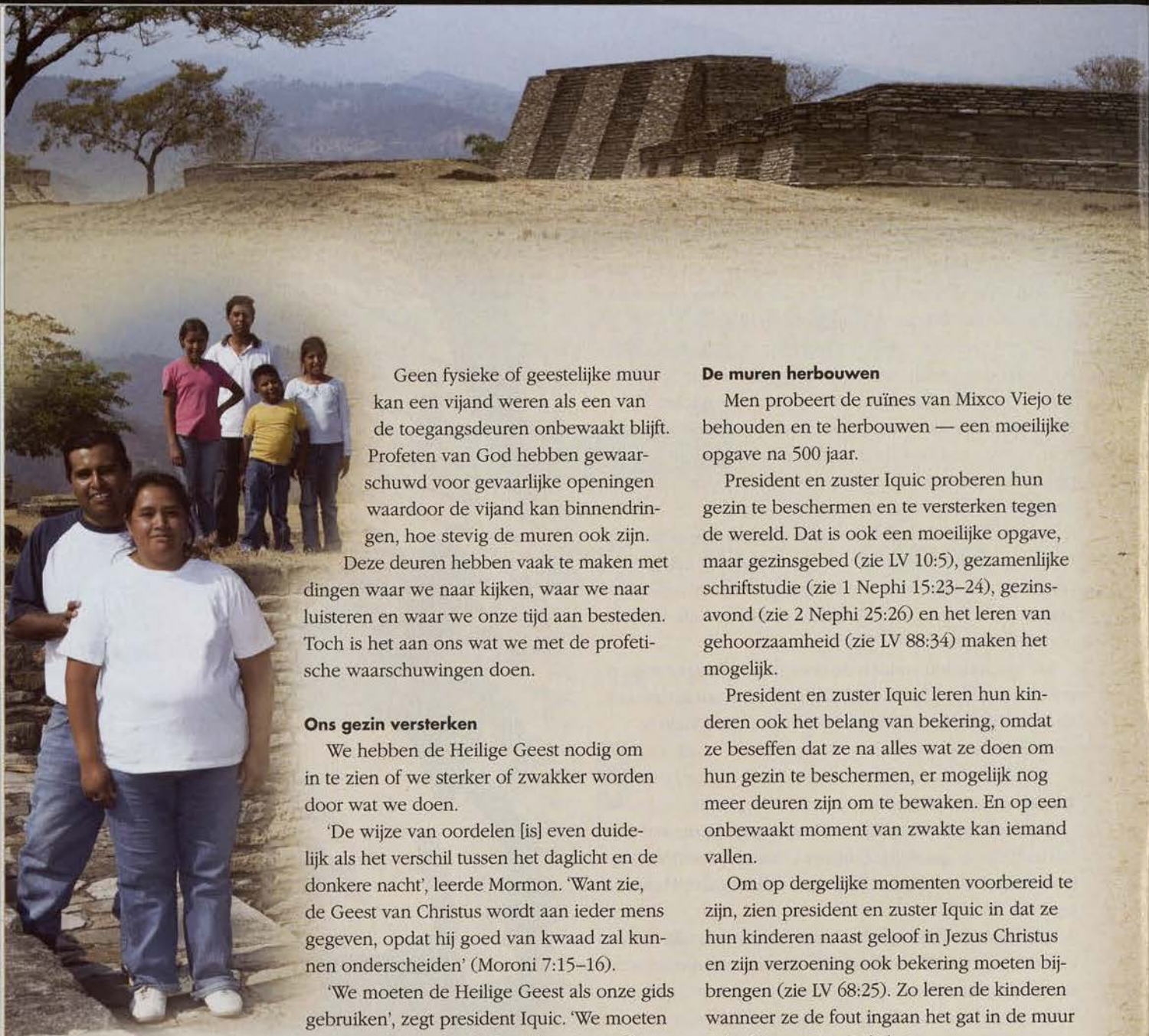
ONS GEZIN BESCHERMEN



'We moeten zorgen dat ons thuis een beschutting wordt voor de storm die om ons heen in kracht toeneemt. Zelfs door de kleinste gaatjes die we in de muren van ons thuis openlaten, kunnen negatieve invloeden binnendringen.'

Ouderling L. Tom Perry van het Quorum der Twaalf Apostelen, 'Het belang van het gezin', *Liahona*, mei 2003, p. 40.

Boven: Byron en Etelvina Iquic en hun kinderen (v.l.n.r.) Briseida, Byron, Glenda en Nelson bezoeken de ruïnes van Mixco Viejo in Guatemala. Volgens de legende werd deze goed versterkte stad alleen maar ingenomen nadat de vijand een geheime toegang had ontdekt.



Byron en Etelvina Iquic proberen hun kinderen niet alleen tegen geestelijk gevaar te beschermen, maar leren ze ook over bekering voor het geval de vijand toch langs de afweer van het gezin weet te glippen.

Geen fysieke of geestelijke muur kan een vijand weren als een van de toegangsdeuren onbewaakt blijft. Profeten van God hebben gewaarschuwd voor gevaarlijke openingen waardoor de vijand kan binnendringen, hoe stevig de muren ook zijn.

Deze deuren hebben vaak te maken met dingen waar we naar kijken, waar we naar luisteren en waar we onze tijd aan besteden. Toch is het aan ons wat we met de profetische waarschuwingen doen.

Ons gezin versterken

We hebben de Heilige Geest nodig om in te zien of we sterker of zwakker worden door wat we doen.

‘De wijze van oordelen [is] even duidelijk als het verschil tussen het daglicht en de donkere nacht’, leerde Mormon. ‘Want zie, de Geest van Christus wordt aan ieder mens gegeven, opdat hij goed van kwaad zal kunnen onderscheiden’ (Moroni 7:15–16).

‘We moeten de Heilige Geest als onze gids gebruiken’, zegt president Iquic. ‘We moeten zo leven dat we de Heilige Geest uitnodigen en dingen die Hem verjagen uit ons leven bannen.’

‘De maatstaf is duidelijk’, leert ouderling David A. Bednar van het Quorum der Twaalf Apostelen.

‘Als iets wat wij denken, zien, horen of doen ons vervreemdt van de Heilige Geest dan moeten we ophouden met dat te denken, zien, horen of doen. (...) Het is mogelijk en noodzakelijk dat we, willen we overleven in een wereld die steeds slechter wordt, “de Heilige Geest tot [onze] gids” (LV 45:57) nemen.’¹

De muren herbouwen

Men probeert de ruïnes van Mixco Viejo te behouden en te herbouwen — een moeilijke opgave na 500 jaar.

President en zuster Iquic proberen hun gezin te beschermen en te versterken tegen de wereld. Dat is ook een moeilijke opgave, maar gezinsgebed (zie LV 10:5), gezamenlijke schriftstudie (zie 1 Nephi 15:23–24), gezinsavond (zie 2 Nephi 25:26) en het leren van gehoorzaamheid (zie LV 88:34) maken het mogelijk.

President en zuster Iquic leren hun kinderen ook het belang van bekering, omdat ze beseffen dat ze na alles wat ze doen om hun gezin te beschermen, er mogelijk nog meer deuren zijn om te bewaken. En op een onbewaakt moment van zwakte kan iemand vallen.

Om op dergelijke momenten voorbereid te zijn, zien president en zuster Iquic in dat ze hun kinderen naast geloof in Jezus Christus en zijn verzoening ook bekering moeten bijbrengen (zie LV 68:25). Zo leren de kinderen wanneer ze de fout ingaan het gat in de muur te herkennen en te dichten.

‘Verleidingen zullen er altijd zijn’, zegt president Iquic. ‘We moeten onze fouten herkennen en onze bekering niet uitstellen, anders staan ze onze vooruitgang in de weg en verliezen we de bescherming van de Geest.’

Als het daglicht verdwijnt en met de legende van Mixco Viejo in gedachten, legt president Iquic zijn gereedschap aan de kant en roept hij zijn gezin bij elkaar voor het avondgebed tegen de toenemende duisternis. ■

NOOT

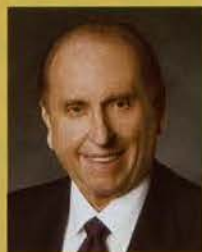
1. David A. Bednar, ‘Opdat wij zijn Geest altijd bij ons mogen hebben’, *Liahona*, mei 2006, p. 30.

VOOR KINDEREN • DE KERK VAN JEZUS CHRISTUS VAN DE HEILIGEN DER LAATSTE DAGEN • AUGUSTUS 2009

De Kindervriend



LUISTER NAAR DE STEM
VAN EEN PROFEET



President Monson
leert ons dat we
gelukkig zijn als we
iets voor anderen
kunnen betekenen.

Iets voor anderen betekenen

PRESIDENT THOMAS S. MONSON

Waar geluk vinden we alleen als we ons op anderen richten. Veel mensen zijn lid van de kerk geworden — of hebben de kerk ten minste leren kennen en respecteren — omdat iemand de moeite nam om iets voor ze te betekenen. Ik wil jullie vertellen over een dierbare familieherinnering uit 1959, toen ik geroepen werd om de Canadese Zending te presideren in Toronto.

Onze dochter, Ann, werd kort na onze aankomst in Canada vijf. Zij zag de zendingen aan het werk en wilde ook zendinge worden. Mijn vrouw toonde haar begrip door Ann een paar exemplaren van de *Children's Friend* [nu de *Friend*] mee naar school te laten nemen. Maar dat was niet genoeg voor Ann. Ze wilde ook een exemplaar van het Boek van Mormon meenemen en het met haar lerares, juffrouw Pepper, over de kerk hebben.

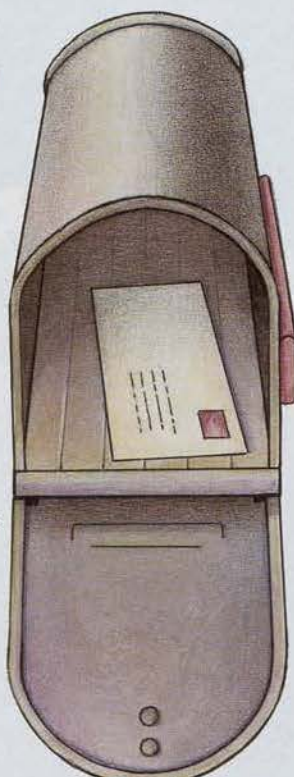
Een paar jaar geleden, vele jaren na onze terugkeer uit Toronto, vonden we na een vakantie een briefje van juffrouw Pepper in de post, waarin stond:

*Lieve Ann,
Denk eens vele jaren terug. Ik was je schooljuffrouw in Toronto, in Canada. Ik was onder de indruk van de exemplaren van de Children's Friend die je meenam naar school. Ik was onder de indruk van je toewijding aan een boek genaamd het Boek van Mormon.*

Ik nam me vast voor om op een dag naar Salt Lake City te gaan en te kijken waarom je daarover praatte en waarom je dat geloofde. Vandaag heb ik het bezoekerscentrum op Temple Square gezien. Dankzij een meisje van vijf dat enig begrip had van wat zij geloofde, heb ik nu een beter begrip van De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen.

Niet zo lang na dat bezoek aan Salt Lake City overleed juffrouw Pepper. Ann was erg blij toen ze in de Jordan Rivertempel (Utah) het tempelwerk deed voor haar geliefde lerares, voor wie zij jaren geleden iets had kunnen betekenen. ●

Naar een toespraak gehouden tijdens een devotional aan de Brigham Young University op 13 november 2007.



EEN KLEIN MEISJE DAT GROOT IS GEWORDEN



Ann Monson is inmiddels opgegroeid en getrouwd, en heet nu Ann M. Dibb. Ze was pas vier jaar oud toen haar vader zendingspresident werd. Ze kan zich nog steeds herinneren hoe de vloerbedekking en de meubels in het zendingshuis er uitzagen. Ze weet nog dat ze naast haar bed knielde en ging bidden toen ze zeven was, en de Geest voelde die haar vertelde dat de Heer haar kende. Toen ze negen was, werd haar vader lid van het Quorum der Twaalf Apostelen. Ze heeft twee broers en is dus de enige dochter in het gezin van

president en zuster Monson.

Zuster Dibb heeft een prachtige, warme glimlach en vindt het nog steeds fijn om iets voor anderen te betekenen. Ze schrijft graag briefjes en bakt vaak cake en taart voor mensen.

Op de algemene conferentie van april 2008 werd zuster Dibb gesteund als tweede raadgeefster in het algemeen jongevrouwenpresidium. Ze reist de hele wereld over, spreekt daar met de jongevrouwen en inspireert ze om het voorbeeld van de Heiland te volgen en iets voor anderen te betekenen.



President en zuster Monson in 1961 met Ann en haar broers, Tom (links) en Clark (midden).

EVANGELIEZAADJES PLANTEN

Iets voor anderen betekenen is een manier om het evangelie dagelijks uit te dragen. Telkens wanneer je de waarheid vertelt, je vrienden helpt en aardig tegen ze bent, of de evangelienormen naleeft, draag je het evangelie uit. Als je die dingen doet, plant je kleine zaadjes van het evangelie in het hart van mensen. Sommige van die zaadjes kunnen op een dag uitgroeien tot prachtige en krachtige getuigenissen van het evangelie.

Kijk eens naar de plaatjes hieronder. Schrijf op elk zaadje een woord dat een manier aangeeft waarop het kind het evangelie uitdraagt. Eén is er al ingevuld. Kleur daarna de prachtige bloemen die uit elk zaadje groeien.





HARTELIJK GEFELICITEERD, **PRESIDENT MONSON!**

Toen president Thomas S. Monson vorig jaar augustus op zijn verjaardag gevraagd werd wat het ideale verjaardagsgeschenk zou zijn, moedigde hij ons aan om 'iets [te] doen voor iemand (...) die een moeilijke tijd doormaakt'.¹ Dit jaar hebben kinderen over de hele wereld hun hart en handen op anderen gericht om de liefste wens van president Thomas S. Monson in vervulling te laten gaan.

Heel veel kinderen hebben gehoor gegeven aan de oproep van president Monson om iets voor een ander te doen. Er is slechts ruimte voor enkele brieven die we hebben ontvangen. Maar jullie zijn allemaal erg aardig geweest om onze geliefde profeet te verblijden met jullie dienstbetoon aan anderen, en iedereen wenst hem deze maand een hele fijne verjaardag!



Ik heb een gezin geholpen door ze dingen te geven die ik niet meer gebruikte en speelgoed dat in goede staat was. Ik voelde me erg fijn toen ik dat deed. Het lijkt op wat onze Vader in de hemel en Jezus Christus voor ons doen. Zij helpen ons in onze moeilijkheden en schenken ons veel zegeningen.
Alma V. (11), Capital District (Colombia)



De kinderen van de wijk Oakridge Farms uit de ring Farmington Utah Oakridge hebben in een activiteit gewatteerde dekens doorgestikt en die daarna aan het Centrum voor humanitaire hulp van de kerk gegeven.

Mijn vriendin komt uit Peru, maar ze woont sinds een paar jaar in Italië. Vier van haar broers en zussen zijn gedoopt, en vorig jaar oktober is haar moeder ook lid van de kerk geworden. Nu wil mijn vriendin zich ook laten dopen. De zendingelingen hebben mij gevraagd om haar te helpen zich voor te bereiden op de doop. Ik was er dus steeds bij als ze met haar over het evangelie spraken. Ik hoop dat ze zich binnenkort laat dopen.

Eleonora A (11), Piedmont (Italië)



Tijdens onze vakantie hadden we dorst gekregen. Ik vroeg mijn moeder of ik een fles water mocht kopen. Toen ik de winkel uitkwam, zag ik een man in de afvalbak naar water zoeken. Ik keek naar mijn fles water voor hem.

Orson B. (10), Sonora (Mexico)



Mijn vader heeft mijn broer en mij geholpen met het maken van een paar vishengels voor mijn vrienden in het jeugdwerk. Als gezin gaan we altijd graag vissen. Telkens wanneer ik een paar vrienden uitnodig om mee te gaan vissen, hebben ze niets om mee te vissen. Als ik zie hoe blij ze zijn omdat ze nu een eigen hengel hebben, ben ik ook blij.

Luciano N. (9), Entre Ríos (Argentinië)

In de plaats waar ik woon is het erg koud. Om de zendingelingen warm te houden, heb ik samen met mijn moeder een sjaal gebreid.

Mirai H. (10), Hokkaido (Japan)



Mijn vriend Jonah had zijn been gebroken. Hij moest heel lang in een rolstoel zitten. Ik hielp hem elke dag door zijn rolstoel in de grote en kleine pauze naar de plek te duwen waar hij moest zijn. Ik voelde me echt blij dat ik mijn vriend kon helpen.

Emma S. (8), Arizona (VS)



Ik heb leren lezen toen ik vijf jaar was. Nu doe ik met mijn neefje wat mijn ouders met mij hebben gedaan — ik leer hem lezen met behulp van de Schriften.

Nicolas N. (7), São Paulo (Brazilië)



Ik ben een jongetje dat graag anderen wil helpen. Ik houd van koken en vind het fijn om wafels te bakken met mijn oma. Ik vind het ook fijn om de wafels aan mijn burens te geven.

Jonas V. (5), Wallonië (België); met hulp van zijn moeder

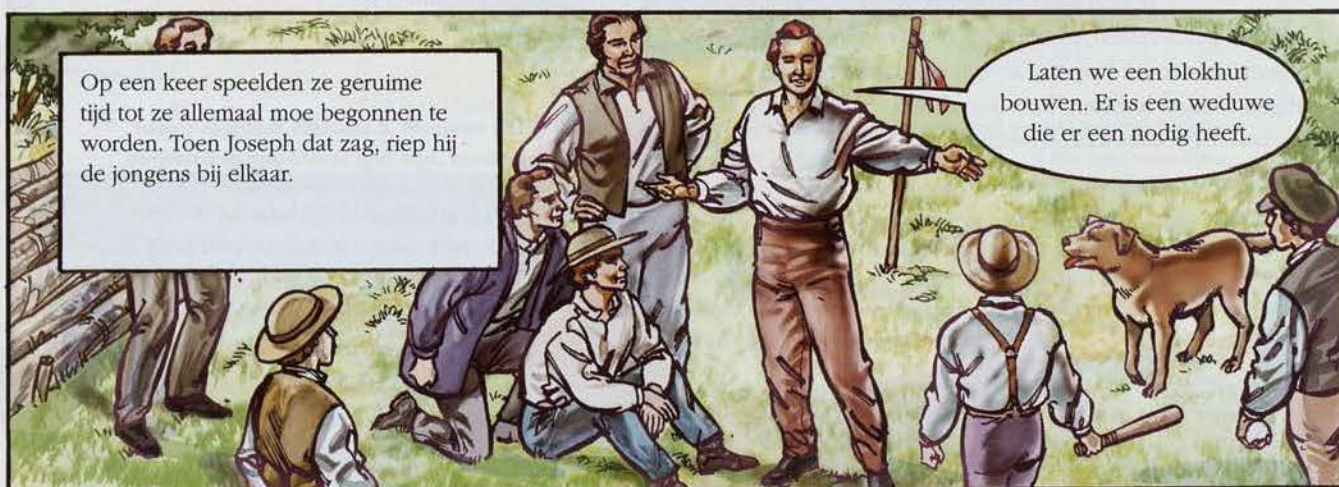
NOOT

1. In Gerry Avant, 'Prophet's Birthday: Milestone of 81', *Church News*, 23 augustus 2008, p. 4.



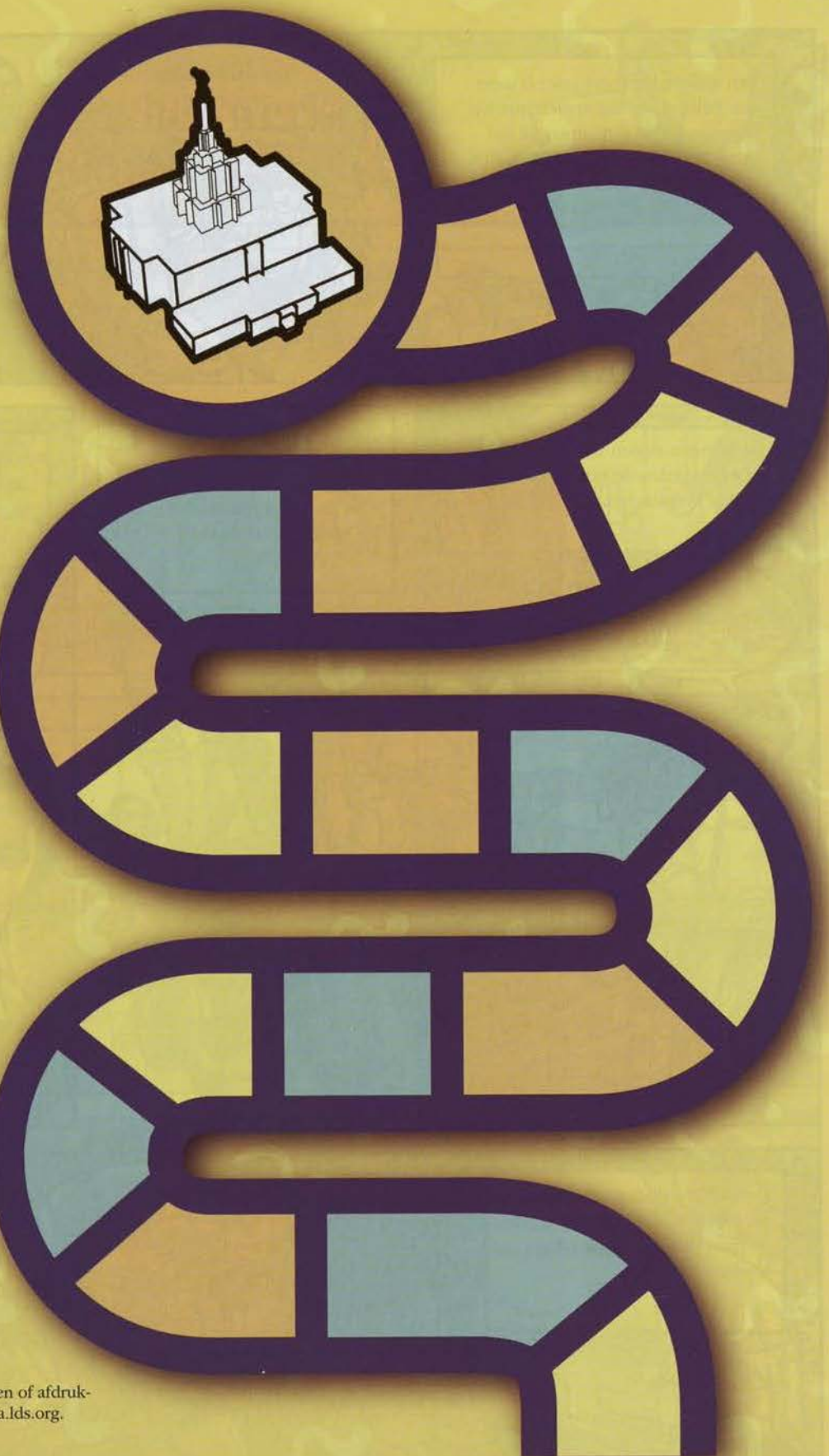
UIT HET LEVEN VAN DE PROFEET JOSEPH SMITH

Druk aan het werk, druk aan het spelen





Gedoopt en bevestigd worden
Naar de kerk gaan
Aan het avondmaal deelnemen
Je bekeren
De profeet volgen
Gehoorzaam zijn
Vriendelijk zijn
Goede gedachten hebben
Tiende betalen
De Schriften bestuderen
Bidden
Het woord van wijsheid naleven
Eerlijk zijn
Anderen vergeven
Je ouders eren
Geloof hebben in Jezus Christus
Liefde tonen aan je familie
De Heer liefhebben
Anderen dienen
De sabbat heiligen



Noot: U kunt deze activiteit kopiëren of afdrucken vanaf internet: zie www.liahona.lds.org.

De tempel — eens zal ik er ook zijn

'Ik zal u de sleutels geven van het Koninkrijk der hemelen, en wat gij op aarde binden zult, zal gebonden zijn in de hemelen, en wat gij op aarde ontbinden zult, zal ontbonden zijn in de hemelen' (Matteüs 16:19).

CHERYL ESPLIN



Op een zondag vertelde de negenjarige Angie in de getuigenisvergadering dat haar lievelingslied 'Ons gezin kan eeuwig zijn' was. Angie zei hoe geweldig het is dat onze hemelse Vader een prachtig plan voor ons heeft om eeuwig samen te zijn.

De ouders van Angie waren niet verzegeld in de tempel. Al snel na die dag liet Angies zus Katie een brief achter op het kussen van hun ouders, met de aansporing om naar de tempel te gaan.

Angie en Katie wilden heel graag dat hun gezin werd verzegeld. Hun ouders gingen over de tempel bidden. Het gezin werkte hard om zich voor te bereiden. Toen de tijd rijp was, ging het gezin naar de tempel en werd het voor eeuwig aan elkaar verzegeld.

Ook als je gezin niet is verzegeld, zul je eens naar de tempel kunnen gaan. Als je twaalf bent, kun je dopen voor de doden doen in de tempel. Je kunt je nu alvast voorbereiden door de geboden te onderhouden en te leven volgens Mijn evangeliënnormen.

Activiteit

Knip de woordstroken op pagina K8 uit en stop ze in een schaal, zak of pot. Gebruik steentjes of knopen als pion. Kies om de beurt een woordstrook en lees deze hardop voor. Tel hoeveel woorden erop staan en plaats je pion evenveel plaatsen vooruit. Ga door tot ieders pion de tempel heeft bereikt.

Ideeën voor de participatieperiode

1. Mijn gezin kan voor altijd bij elkaar blijven door de verordeningen van de tempel. Lees *Leer en verbonden* 138:48 en laat de kinderen opletten welk werk in de tempels wordt gedaan zodat gezinnen eeuwig samen kunnen zijn

(‘verzegeling van de kinderen aan hun ouders’). Laat Evangelieplaat 417 (Elia herstelt de bevoegdheid om gezinnen voor eeuwig te verzegelen) zien. Vertel over de verschijning van de profeet Elia in de Kirtlandtempel om de verzegelbevoegdheid te herstellen (zie LV 110:13–15). Leg de kinderen uit wat ‘verzegelbevoegdheid’ is door een plaat van de tempel in uw gebied te laten zien, en te vertellen dat een echtpaar dat in de tempel trouwt en zich aan de beloften houdt die het daar doet, na de dood nog steeds getrouwd zal zijn. Vertel het verhaal van het gezin van Angie en Katie dat in de tempel is verzegeld (links). Laat elk kind een grote tekening van een tempel maken. Laat ze hun papier daarna omkeren en een kleine tekening van hun huidige of toekomstige gezin maken. Laat ze hun tekening tot slot tegen het licht omhoog houden, zodat ze hun gezin in de tempel kunnen zien. Geef uw getuigenis dat het gezin eeuwig kan zijn.

2. Familiegeschiedenis en tempelwerk zijn alle generaties van mijn familie tot zegen. Laat zeven kinderen voor de klas komen. Plak het woord Ik op het kind in het midden. Plak het woord Ouder, Grootouder, Overgrootouder op de kinderen links van hem of haar. Plak het woord Kind, Kleinkind, Achterkleinkind op de kinderen rechts van hem of haar. Leg uit dat elke persoon een generatie in de familie voorstelt. Vertel de kinderen dat onze hemelse Vader gezinnen en families heeft ingesteld, zodat wij elkaar kunnen helpen om bij Hem terug te keren en voor altijd bij Hem te wonen. Lees Maleachi 4:6. Leg uit dat ‘het hart der vaderen teruggoeren tot de kinderen en het hart der kinderen tot hun vaderen’ de verzegeling betekent van alle generaties van onze familie door de verordeningen van de tempel. Dat vers verwijst ook naar de liefde die we voelen voor onze voorouders wanneer we ze leren kennen. Nodig met toestemming van de bisschop of gemeentepresident een grootvader of grootmoeder van een van de kinderen uit in het jeugdwerk. Schrijf van tevoren een aantal vragen op blaadjes papier en laat de kinderen om de beurt een vraag stellen aan de grootouder. Begin elke vraag met: ‘Toen u zo oud was als ik (...)’ (Mogelijk vragen: welke familietraditie vond u toen het leukst? wat deden u en uw vriendjes en vriendinnetjes toen in uw vrije tijd?) Moedig de kinderen aan om hun ouders en grootouders vragen te stellen om meer over ze te weten te komen. ●

De ontsnapping van Jason

'Waakt en bidt, dat gij niet in verzoeking komt' (Marcus 14:38).

CAROLYN LEDUC

Gebaseerd op een waar gebeurd verhaal

ZZZZ (...) De achtjarige Jason snurkte zoguenaamd en begon toen te giechelen. Hij lag in bed en trok de deken over zijn hoofd en deed net of hij sliep. Aan de andere kant van de kamer ging zijn zesjarige broertje lekker op zijn kussen liggen en geeuwde toen eens lang en diep en begon eveneens te lachen. 'Ssst!' fluisterde Jason, terwijl hij de deken van zich afduwde. 'We horen te slapen!'

'Ik slaap. Ik slaap!' fluisterde zijn broertje terug. De jongens begonnen weer te lachen, en trokken toen de lakens tot onder hun kin, deden hun ogen dicht en lagen zo stil mogelijk terwijl ze wachtten.

In de kamer naast hun wachtte hun zusje ook, en deed net alsof ze sliep. In de kamer verderop in de gang wachtte hun broer, die ook deed alsof hij sliep. Ze wisten dat zelfs hun moeder in haar donkere slaapkamer onder de wol lag, en deed alsof ze sliep.

De houten vloer in de donkere gang kraakte. Papa was ergens in de buurt. Op elk moment zouden ze het signaal horen. Jason luisterde aandachtig en ademde nauwelijks om in te schatten waar papa op dat moment zou staan. Hij kwam steeds dichterbij. Het kon niet lang meer duren (...)

'TUUUUUT!' Er galmde een alarm door het huis. Jason liet zich op de vloer vallen en kroop op handen en voeten naar de deur.

'Ga dan, ga dan!' gilde zijn broertje, die tegen Jasons zij aanbotste. 'We moeten eruit!'

'Brand!' schreeuwde Jason, terwijl hij de gang inkroop. 'Iedereen eruit!'

'Iedereen eruit!' riep mama. 'Blijf laag bij de grond!'

Papa voegde zich bij hen op de vloer terwijl ze door de gang naar de keuken en door de achterdeur naar buiten kropen. Daarna stonden ze op en renden naar de esdoorn toe.

'Zijn we veilig?' vroeg papa. 'Is iedereen hier?'

'We hebben het allemaal gered', zei mama na het tellen van de neuzen.

Papa keek op zijn stopwatch. 'Zo snel hebben we het nog niet eerder gedaan', zei hij. 'Iedereen terug naar bed nu — en dit keer echt gaan slapen.'

De volgende ochtend bij het ontbijt moest Jason aan de brandoefening denken. 'Ik ben blij dat we een ontsnapingsplan hebben', zei hij. 'Ik voel me veiliger met een brandmelder in huis.'

'Ik ook', beaamde mama. 'Met een melder zijn we veiliger — zolang we maar snel reageren als we hem horen afgaan.'

Jason at zijn ontbijt verder op. 'Mag ik nu naar Brett?' vroeg hij. Brett was Jasons buurjongen en een van zijn beste vrienden.



'Jullie moeten het geloof hebben om die dingen te doen en die plaatsen te bezoeken waarbij de Geest van Christus en de Heilige Geest aanwezig zullen zijn.'

President Henry B. Eyring, eerste raadgever in het Eerste Presidium, 'Wandelen in het licht', *Liahona*, mei 2008, p. 125.



BRAND!

'Ja', zei mama. 'Pas goed op en veel plezier.'

Bij de burens speelden de jongens met Bretts hond, renden ze door de sproeijs en maakten ze een paar fortentjes van takken in de modder. Toen stelde Brett voor om naar binnen te gaan. 'Ik heb het warm', zei hij. 'Laten we videospelletjes doen.'

'Goed', stemde Jason in. 'Misschien kan ik deze keer van je winnen.'

'We kunnen een nieuw spel proberen', zei Brett toen ze naar binnen gingen. 'Heb je dit spel wel eens gespeeld?' Hij hield de hoes van een spel omhoog dat Jason niet herkende.



'Ik denk het niet. Wat is het?'

'Dat zie je zo wel', zei Brett, terwijl hij de schijf in de spelcomputer stopte.

Brett gaf Jason een controller en ging voor de tv zitten. Jason ging naast hem zitten. Bij het begin van het spel ging in Jasons geweten een alarmbel af. De karakters in het spel zagen eruit als echte mensen —

en vooral de vrouwen waren nogal schaars gekleed. Jason voelde zich niet op zijn gemak. Hij wist dat hij moest ontsnappen.

'We moeten een ander videospelletje doen, anders ga ik naar huis', zei Jason. 'Ik vind het niet prettig hoe die mensen zijn gekleed.' Jason wist dat zijn vriend hem misschien maar vreemd vond door dat te zeggen, maar hij wist ook dat hij zijn gevoelens niet moest negeren.

'Maakt niet uit', zei hij. 'We kunnen een ander spel doen.' Brett pakte een racespelletje. Het alarm in Jasons hoofd stopte toen hij het gebrom van de automotoren in het spel hoorde. Dat geluid klonk Jason als muziek in de oren. ●

BEN JE SLIM OP MEDIAGEBIED?

Van computers, televisie en films kun je veel leren en plezier hebben. Maar er zitten ook slechte kanten aan die schadelijk zijn. Hier zijn tien manieren om de computer en televisie veilig te gebruiken.

1. Vraag altijd een ouder om toestemming voordat je internet gebruikt of televisie gaat kijken, en gebruik de computer of televisie alleen op een open plek in je huis, waar je ouders er zicht op hebben.

2. Ga alleen naar websites waarvan jij en je ouders weten dat ze geschikt zijn voor kinderen. Vraag je ouders om je tv en webbrowser zo in te stellen dat verkeerde inhoud wordt geblokkeerd.

3. Wees niet bang om de ruimte te verlaten of iemand te vragen een film, videospel of muziek uit te zetten waar je je ongemakkelijk bij voelt.

4. Als je een pagina op een website voor sociale netwerken hebt,

vraag je ouders dan te zorgen dat mensen die je niet kent, je pagina ook niet kunnen zien.

5. Als je op internet bent, geef iemand die je niet kent dan nooit persoonlijke informatie, zoals je naam, adres of telefoonnummer.

6. Stuur iemand die je niet kent nooit een foto van jezelf.

7. Spreek nooit ergens af met iemand die je op internet hebt 'ontmoet'. Als iemand je vraagt je ergens te treffen, zeg het dan tegen je ouders.

8. Geef aan niemand je wachtwoorden door.

9. Open nooit e-mail van iemand die je niet kent. Als je een e-mail krijgt die je niet vertrouwt, haal je ouders er dan bij.

10. Kijk voor leuke activiteiten op de Engelstalige website van de *De Kindervriend* op www.friend.lids.org!



TEMPELZEGENINGEN BRENGEN HET GEZIN BIJ ELKAAR

'Ik zal u de sleutels geven van het Koninkrijk der hemelen, en wat gij op aarde binden zult, zal gebonden zijn in de hemelen, en wat gij op aarde ontbinden zult, zal ontbonden zijn in de hemelen' (Matteüs 16:19).



Liefde voor je land

Kinderen over de hele wereld houden van hun land
en zijn gehoorzaam aan de wet – kinderen net als jij!
Deze maand maken we kennis met Nicole Ritfield uit
Paramaribo (Suriname).

RICHARD M. ROMNEY

Kerkelijke tijdschriften

De elfjarige Nicole Ritfield geniet van het leven op het platteland. Haar familie woont dicht bij velden en bossen vol struiken, bomen en bloemen. Nicole rijdt graag op haar fiets en peddelt net zo snel over zand als gras, waarbij ze de plassen omzeilt.

Maar Nicole houdt ook van de drukte in de nabijgelegen hoofdstad van Suriname, Paramaribo. Ze geniet van de huizen die op elkaar zijn gepakt, en van de auto's, scooters en fietsen die allemaal een stukje ruimte zoeken. Het midden van de stad heeft een park dat de *Palmentuin* wordt genoemd. Daar wappert de vlag van Suriname in de zon en zijn de standbeelden vaak met bloemen versierd.

Een winnend opstel

Nicole houdt van Suriname. Toen ze dus hoorde van een landelijke opstelwedstrijd over haar land, leek het haar een goed idee om mee te doen. Volgens de wedstrijdregels moest ze beschrijven wat ze zou doen als ze minister van toerisme was. In haar opstel stelde ze voor dat historische gebouwen in Suriname een opknappbeurt zouden krijgen en dat de inwoners van Suriname bezoekers vriendelijker zouden bejegenen.

Nicole won de wedstrijd voor haar leeftijdsgroep en reisde af naar Puerto Rico om de strijd aan te gaan met winnaars uit andere

Links: Nicole heeft een opstelwedstrijd over haar land, Suriname, gewonnen. Rechts: Nicole is de jongste in het gezin. Ze houdt graag een geïllustreerd dagboek bij.



landen. Nicole heeft echt van haar trip naar Puerto Rico genoten. 'Het is een prachtig land', zegt ze. 'De mensen daar zijn erg aardig en ik heb veel vrienden gemaakt. Maar toch ben ik het liefst thuis.' Ze keek ernaar uit om weer bij haar ouders en vier oudere zussen te zijn.

En ze had haar lievelingspoes, Rosy, erg gemist!

Nicole is lid van de gemeente Wanica in het district Paramaribo (Suriname).

In de kerk kennen de mensen haar als een aardig en leuk jeugdwerkmeisje, dat altijd een toonbeeld van eerbied is.

Lievelingsteksten

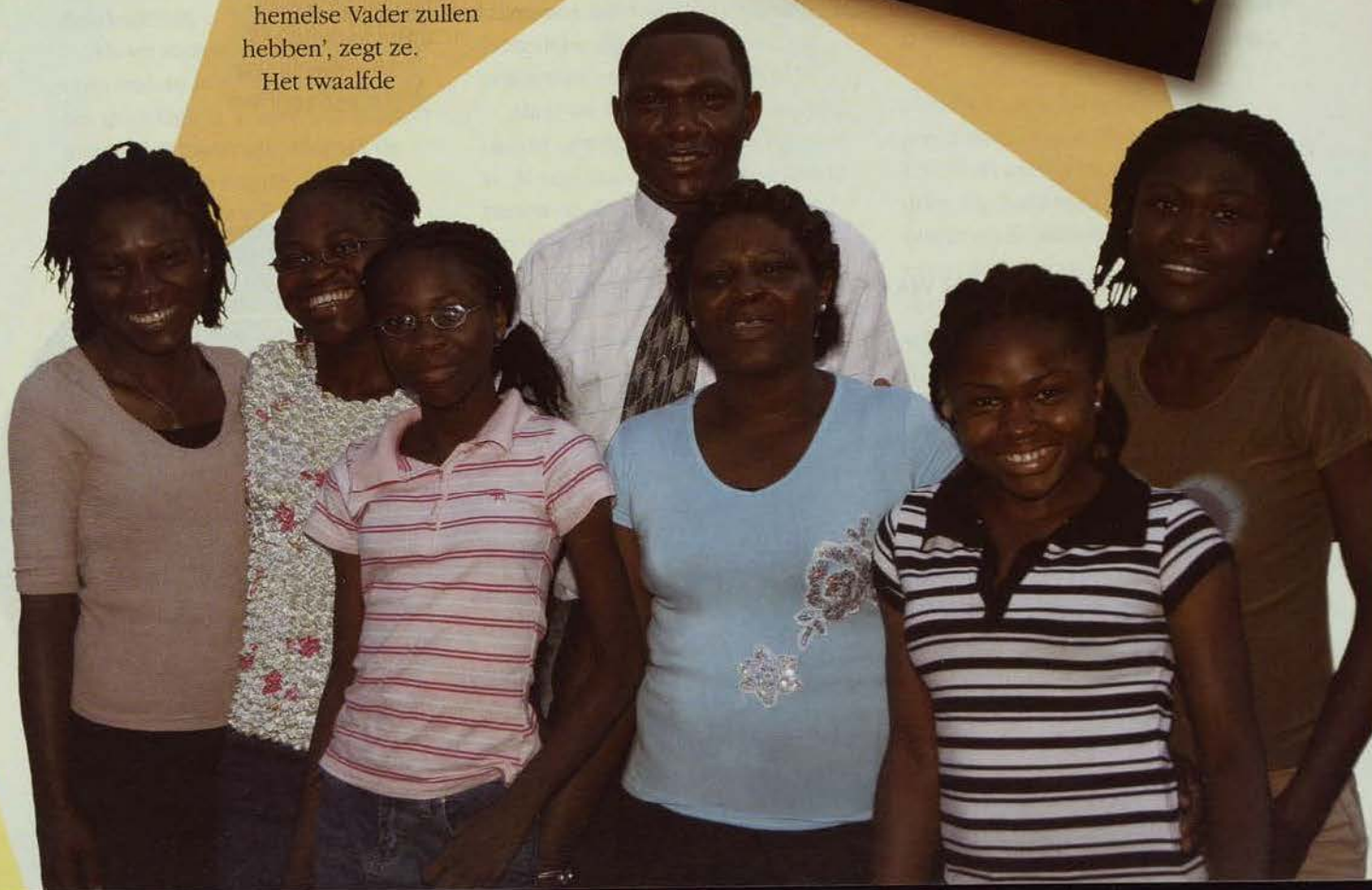
Een van de lievelingsteksten van Nicole is 1 Nephi 8:30, waarin over de roede van ijzer wordt gesproken. 'Ik weet dat als wij de roede van ijzer blijven vasthouden, wij het eeuwige leven bij onze hemelse Vader zullen hebben', zegt ze. Het twaalfde

MEER OVER NICOLE

Nicole schrijft graag liedjes en in haar dagboek.

Ze doet mee aan jeugdwerkactiviteiten en werkt graag samen met anderen.

Ze heeft een sterk getuigenis. 'Ik weet dat mijn hemelse Vader leeft', zegt ze. 'Ik weet dat ik een kind van God ben. En ik weet dat de kerk waar is.'



geloofsartikel heeft voor Nicole ook een bijzondere betekenis. Zij zegt het op: 'Wij geloven onderdanig te moeten zijn aan koningen, presidenten, heersers en magistraten, door het gehoorzamen, eerbiedigen en hooghouden van de wet.'

Eerbied en gehoorzaamheid

Gezinnen hebben ook regels die de gezinsleden moeten eerbiedigen en gehoorzamen. Nicole zegt dat haar moeder, vader en zussen haar hebben geholpen het goede te kiezen. 'Zij corrigeren mij wanneer ik iets fout doe en prijzen mij wanneer ik iets goed doe', zegt ze.

Het is niet altijd gemakkelijk om de jongste te zijn. Het is vooral moeilijk als ze haar zussen ergens heen ziet gaan en zelf thuis moet blijven. Maar ze weet dat haar familie van haar houdt en dat ze goed met elkaar overweg kunnen.

Zingen is daar één voorbeeld van. Nicole houdt van muziek. Ze vindt het leuk om te dirigeren en heeft een natuurlijke gave om iedereen in harmonie en in de maat te laten zingen.



KAART THOMAS S. CHILD, WERELDBOL © MOUNTAIN HIGH MAPS

Stad en land

's Avonds luistert Nicole graag naar de sjir-

pende krekels, de kwakende kikkers en de geluiden van het leven in de bossen rondom haar huis. Zij denkt ook graag aan de stad, met de overheidsgebouwen en straatborden, bloemenstalletjes en voedselmarkten. Ze is gelukkig met waar ze is. En ze is dankbaar dat ze, door haar gedachten op te schrijven, haar liefde voor haar land aan mensen over de hele wereld kon uitdragen. ●

WAAR LIGT PARAMARIBO EN WAAR LIGT SURINAME EIGENLIJK?



Studeren en blijven leren



Behandel deze teksten en uitspraken (of indien nodig een ander beginsel) die de zusters bij wie u op bezoek gaat tot zegen zullen zijn. Geef uw getuigenis van de leer. Vraag hen te vertellen wat ze voelen en leren.

Waarom moet ik voortdurend geestelijke en wereldlijke kennis opdoen?

LV 93:36-37: 'De heerlijkheid Gods is intelligentie of, met andere woorden, licht en waarheid. Licht en waarheid verzaken die boze.'

Julie B. Beck, algemeen ZHV-presidente: 'De Heer heeft ons gezegd dat we onze tijd moeten "wijden aan het bestuderen van de Schriften" (LV 26:1) en dat "het Boek van Mormon en de heilige Schriften zijn (...) gegeven voor [ons] onderricht" (LV 33:16). Iedere vrouw kan thuis een leerkracht evangelieleer zijn, en iedere zuster in de kerk heeft als leidster en leerkracht kennis van het evangelie nodig. Als jullie nog niet de gewoonte hebben ontwikkeld om dagelijks de Schriften te bestuderen, begin daar dan nu mee en blijf studeren als voorbereiding op je taken in dit leven en in de eeuwigheid' ('Mijn ziel verheugt zich in de Schriften', *Liahona*, mei 2004, pp. 107-108).

President Thomas S. Monson: 'Naast onze studie van geestelijke zaken, is het ook belangrijk wereldlijke kennis te verwerven. (...) Ik spoor u aan om een opleiding te volgen, als

u dat niet al doet of hebt gedaan, om u voor te bereiden op de eventuele noodzaak om de kost te verdienen.

'Uw talenten zullen toenemen als u studeert en leert. U kunt uw kinderen dan beter helpen met hun huiswerk, en u zult gemoedsrust hebben door de wetenschap dat u zich hebt voorbereid op de noodgevallen die u in het leven kunt tegenkomen' ('Drie doelen tot leidraad', *Liahona*, november 2007, p. 119).

Hoe kan ik blijven leren?

President Henry B. Eyring, eerste raadgever in het Eerste Presidium:

'We komen soms voor moeilijke keuzes te staan waar het de besteding van onze tijd betreft. (...) Maar bedenk dat studeren niet alleen voor dit leven waardevol is, maar ook voor het eeuwige leven. Wanneer u die werkelijkheid duidelijk met geestelijke ogen ziet, plaatst u geestelijke studie op de eerste plaats en veronachtzaamt u daarbij het opdoen van wereldlijke kennis niet. (...)

'(...) En aangezien we niet goed kunnen bepalen welke kennis van het meeste belang is, hebben we de hulp van de hemel nodig om te weten welke van de talloze zaken we het beste kunnen bestuderen en leren. Dat betekent ook dat we geen tijd moeten verdoen met doelloos vermaak als we de kans hebben om te lezen of te luisteren naar wat ons ware en nuttige dingen kan leren. We worden dan gekenmerkt door onverzadigbare nieuwsgierigheid' ('Education for Real Life',

Ensign, oktober 2002, pp. 18, 19).

Ouderling Robert D. Hales van het Quorum der Twaalf Apostelen: 'Enkele basiseigenschappen van een levenslange leerling zijn moed, oprecht verlangen, nederigheid, geduld, nieuwsgierigheid en de gewilligheid om de opgedane kennis door te geven en uit te dragen aan anderen. (...)

'Geliefde zusters, doe uzelf als vrouw of als moeder nooit tekort. (...) Laat de wereld uw verlangens om te blijven leren en de waarde van uw moederschap thuis niet bepalen, denigreren of beperken — noch hier in de sterfelijkheid noch waar het gaat om de eeuwige lessen en voorsprong die u uw kinderen en uw partner wil meegeven.

'Een leven lang leren is essentieel voor de vitaliteit van het menselijke verstand, lichaam en de ziel. De eigenwaarde en zelfrealisatie nemen



erdoor toe. Als u uw leven lang blijft leren, blijft u uw geest vernieuwen wat een goede remedie is tegen ouderdom, somberheid en twijfel aan uzelf' ('The Journey of Lifelong Learning', in *Brigham Young University 2008-2009 Speeches* [2009], pp. 2, 8-9). ■



ILLUSTRATES DILEEN MARSH



Omgaan met postnatale depressie

EEN EVANGELISCHE KIJK

Als een vrouw last heeft van een postnatale depressie, is de steun van haar man, familieleden en anderen erg belangrijk.

LYNN CLARK CALLISTER

Hoogleraar verpleegkunde aan de Brigham Young University

Aнна (namen zijn veranderd) en haar man waren na vier jaar proberen en wachten blij met de geboorte van nog een kind, een dochtertje. Maar Anna vond het naast de zorg voor haar zoons een overweldigende opgave om zich aan de behoeften van het nieuwe leven aan te passen. Ze voelde zich wegzakken in een depressie, ondanks haar inzet om alles gedaan te krijgen en een normaal leven te leiden. Anna leed aan een postnatale depressie.

Alle moeders, en Anna dus ook, weten dat je in de wolken 'hoort' te zijn met een baby, en dat nieuwe moeders dankbaar 'horen' te zijn voor die ongelooflijke zegen in hun leven. Toch ervaren sommige vrouwen door een postnatale stemmingsstoornis dit gelukkige gevoel niet. Een postnatale depressie uit zich op verschillende manieren, en kan lichamelijke, emotionele en zelfs geestelijke gevolgen hebben voor de vrouwen die er last van hebben. Deze vrouwen kunnen bijvoorbeeld onrealistische verwachtingen van zichzelf hebben in een periode van grote veranderingen, en voelen dat ze direct alles moeten kunnen voor zichzelf en hun

nieuwe baby, en vinden dat ze een 'supermoeder' en 'supervrouw' moeten zijn.

Het is belangrijk dat deze vrouwen — en hun familie — begrijpen wat een postnatale depressie is (en wat het niet is), de symptomen ervan herkennen, effectieve manieren vinden om ermee om te gaan, en vooral beseffen dat er hoop is om normaal te kunnen functioneren als depressieve gevoelens de kop opsteken.

Als een vrouw last heeft van een postnatale depressie wil dat niet zeggen dat ze zwak is of iets verkeerd heeft gedaan, of dat haar heftige gevoelens aan haar zelf te wijten zijn. In de meeste gevallen is deze toestand tijdelijk. Net als andere beproevingen kan een postnatale depressie ons dichterbij de Heiland brengen als we manieren vinden om geestelijke kracht op te doen. Voormalig algemeen jongevrouwenpresidente Ardeth G. Kapp heeft gezegd: 'We weten veel over de Heiland, maar vaak leren we Hem door onze beproevingen pas echt kennen en liefhebben. (...) Ik kan uit eigen ervaring getuigen dat er een tijd komt waarop zelfs onze zwaarste lasten, teleurstellingen en smarten plaats kunnen maken voor "de

vrede Gods, die alle verstand te boven gaat" (Filippenzen 4:7), terwijl wij "de Here verwachten" (Jesaja 40:31).¹

Meer dan alleen de 'baby-blues'

Sommige vrouwen die pas zijn bevallen, raken tijdelijk in een dip die vaak de 'baby-blues' of kraamtranen wordt genoemd. Enkele mogelijke symptomen hiervan — die doorgaans binnen de eerste week na de bevalling verdwijnen en maximaal tien dagen kunnen aanhouden — zijn huilbuien, prikkelbaarheid, vermoeidheid, bezorgdheid en emotionele schommelingen. De baby-blues worden vaak toegeschreven aan de lichamelijke veranderingen die de moeder ervaart, maar deze symptomen kunnen erger worden door gebrek aan slaap, ontoereikende voeding, een moeilijke baby en te weinig ondersteuning. De baby-blues komen in alle culturen over de hele wereld voor, en ongeveer 80 procent van de vrouwen die pas zijn bevallen heeft daar in bepaalde mate last van.

Een postnatale depressie, daarentegen, is een ziekte met een biochemische oorsprong. Hoewel de precieze oorzaak niet bekend is, gaan onderzoekers ervan uit dat de veranderde hormoonspiegel tijdens de zwangerschap en na de bevalling bijdragen aan de chemische veranderingen in de hersenen. In combinatie met de stress en vermoeidheid van de zorg voor een nieuwe baby kan dit tot depressiviteit leiden. Ongeveer tien procent van de vrouwen met een pasgeboren baby krijgt last van een postnatale depressie, vaak binnen vier weken na de bevalling maar dat kan ook ergens in het daaropvolgende jaar zijn. Veel vrouwen met een postnatale depressie hebben eerder met depressiviteit te maken gehad; nieuwe moeders in deze categorie moeten hun gevoelens goed in de gaten houden, zodat ze hulp kunnen krijgen als de symptomen zich voordoen en erger worden.

Sommige vrouwen met een postnatale depressie voelen zich na enkele weken weer aan de beterende hand, terwijl anderen enkele maanden 'zichzelf niet zijn'. Maar hulp is binnen handbereik: het vaststellen van de symptomen is de eerste stap om weer een beter gevoel te krijgen.

Symptomen

Een nieuwe moeder gaat er vaak van uit dat depressieve gevoelens tekenen van zwakheid zijn. Zij is misschien wel bezorgd dat anderen op haar zullen neerkijken als ze weten hoe ze zich voelt. Om die en andere redenen praat

ze mogelijk niet over haar symptomen, zodat de postnatale depressie niet wordt gediagnosticeerd en behandeld.

John, die binnen zijn gezin met een postnatale depressie te maken heeft gehad, zegt: 'Mijn vrouw, Carolyn, hield haar symptomen voor iedereen verborgen, zelfs voor mij. Ik kon me moeilijk indenken hoe groot haar leed werkelijk was. Ik denk dat ze als vrouw van de bisschop vond dat ze niemand — mij niet, haar vriendinnen niet, haar moeder niet — kon laten weten wat er aan de hand was.'

Dr. Cheryl Tatano Beck, een gerenommeerd verpleegkundige-onderzoeker, noemt een postnatale depressie 'een dief van het moederschap'.² Maar familieleden en goede vrienden kunnen deze 'diefstal' beperken door op de symptomen ervan te letten. De nieuwe moeder kan zich opmerkelijk anders gedragen dan anders, bijvoorbeeld:

- Een sombere stemming die nagenoeg de hele dag duurt.
- Niet lachen of spelen met de baby.
- Een mismoedige of strakke gezichtsuitdrukking.
- Aanhoudende droefheid.
- Opmerkingen over vermeende onvolmaaktheden bij zichzelf of het kind.
- Indicaties van gevoelens van schuld of onbekwaamheid.
- Besluiteloosheid bij gewone dingen.
- Opvallende prikkelbaarheid, vooral met betrekking tot het gejuig of gekrijs van de baby. (Zie het kader 'Symptomen van postnatale depressie' op pagina 30 voor meer innerlijke signalen die wellicht alleen de moeders zelf opmerken.)

Als familieleden en goede vrienden menen enkele van deze symptomen waar te nemen, kunnen zij de moeder tactvol vragen stellen, zoals: 'Voel je je down [of somber of hopeloos]? Hoe lang voel je je al zo?' of 'Voel je je niet echt gelukkig in je leven?' Als de moeder en de mensen om haar heen de symptomen eenmaal herkennen, kunnen zij proberen grip te krijgen op de depressie.

Omgaan met postnatale depressie

Goed omgaan met een postnatale depressie is niet alleen belangrijk voor het welzijn van de moeder, maar ook voor het welzijn van het kind en de rest van het gezin. De moeder vormt vaak het middelpunt van de sociale omgeving van haar kind, zodat haar gemoedstoestand invloed heeft op het kind. En het welzijn van de moeder



Familieleden en goede vrienden kunnen de effecten van een postnatale depressie verzachten door op de symptomen ervan te letten en hulp en steun te bieden.

en de baby bepalen mede het welzijn van het gezin.

Deze toestand raakt dus het hele gezin, zodat het omgaan met de postnatale depressie een gezinsaanleggenheid is. Voor de vrouw is de steun van haar man, familieleden en anderen dan ook erg belangrijk.

Steun van familie en vrienden. Volgens 'Het gezin: een proclamatie aan de wereld' hebben 'man en vrouw (...) de plechtige taak om van elkaar en van hun kinderen te houden, en voor elkaar en hun kinderen te zorgen.'³ De primaire aanpak bij een postnatale depressie bestaat uit het versterken van de relatie van het echtpaar en het vergroten van het medeleven van de echtgenoot. De hulp en steun van haar man bij onder andere de volgende activiteiten zijn voor de nieuwe moeder van essentieel belang:

- Huishoudelijke taken en de zorg voor eventuele andere kinderen overnemen.
- Het aantal bezoekers beperken om een rustige omgeving te creëren. (Sommige vrouwen hebben echter wel baat bij bezoekers, om de symptomen van depressiviteit te verlichten.)
- Zorgen dat de moeder voldoende rust, voeding en lichaamsbeweging krijgt.
- Bijstaan met de verzorging van de baby.
- Meer leren over postnatale depressies.

- Waar nodig priesterschapszegens geven.
- In de buurt en beschikbaar zijn — luisteren, om haar geven en er gewoon voor haar zijn. Eén zin met een liefkozende omhelzing kan al een helende werking hebben: 'Dit moet wel erg moeilijk voor je zijn.'
- De nieuwe moeder aanmoedigen om waar nodig professionele hulp te vragen.

Rachel, die na de geboorte van haar derde kind last kreeg van een postnatale depressie, zegt: 'De kleinste dingen waren al teveel, omdat ik de emotionele en lichamelijke energie er niet voor had. Ik was erg dankbaar dat mijn man zo begripvol en meelevend was, en me heeft geholpen de hulp te krijgen die ik zo hard nodig had.'

Een postnatale depressie kan voor een man moeilijk te begrijpen zijn; soms reageert hij met gevoelens van verwarring, frustratie, boosheid, schuld, angst of schaamte. Counseling of lezen over postnatale depressie kan zijn begrip vergroten en hem doen inzien hoe hij het beste hulp en steun kan bieden. Daar kunnen hij en zijn vrouw beiden profijt van hebben.

Johanna, die een postnatale depressie kreeg na haar te vroeg geboren tweeling, zegt: 'Hoewel het een zware beproeving voor Sam en mij was, is ons huwelijk er wel sterker door geworden. Onze relatie is hechter geworden dan ooit. We werkten samen aan de oplossing van problemen. Ik vertrouwde op hem voor priesterschapszegens. We communiceerden echt met elkaar en met de Heer.'



SYMPTOMEN VAN POSTNATALE DEPRESSIE

Moeders met een postnatale depressie hebben mogelijk een of meer van de volgende symptomen:

- Streven naar volmaaktheid.
- Zich overweldigd of een mislukking voelen.
- Verwachtingen die niet uitkomen.
- In wanhoop verzinken.
- Moeite hebben met concentreren.
- Zich eenzaam voelen.
- Paniekaanvallen.
- Slapeloosheid.
- Gebrek aan eetlust.
- Het gevoel hebben dat ze gek wordt.
- Worstelen om te overleven.

Familie en de kerkgemeenschap kunnen de steun van de vader verder aanvullen. Kathleen H. Hughes, voormalig raadgeefster in het algemeen ZHV-presidium, sprak over haar ervaring met postnatale depressie en de hulp die ze van anderen had gekregen:

‘Na de geboorte van onze zoon (...) kwam ik in een verschrikkelijke depressie terecht. Veel vrouwen in mijn familie hebben te maken gehad met postnatale depressies. En zoals u weet was er vroeger maar weinig hulp op medisch gebied voor vrouwen met deze aandoening. Ik moest mij zelf uit de duisternis omhoog worstelen.

‘Maar die zware tijden werden voor mij vaak lichter en draaglijker door de fijne zusters in de wijk die voor mijn kinderen zorgden en ook zorgden voor mijn lichamelijke, emotionele en geestelijke welzijn — en me zo door die emotionele strijd heen hielpen.’⁴

Vrouwen kunnen ook steun vinden via organisaties voor nieuwe moeders. Christine, die ver van haar familie af woonde en zich alleen voelde nadat ze haar eerste baby

had gekregen, meldt: ‘Toen ik met andere jonge moeders in mijn woningcomplex aan de praat raakte, bleken we veel dezelfde moeilijkheden te hebben. Dat heeft me echt geholpen — en ik kon soms zelfs lachen in plaats van huilen.’

Professionele behandeling. Nieuwe moeders kunnen professionele hulp overwegen, zoals counseling via LDS Family Services (zie www.ldsfamilyservices.org) of een andere geschikte instantie, op aanbeveling van een zorgverlener. Sommigen hebben wellicht medicatie nodig, op voorschrift van een psychiater of andere clinicus.

Goed voor jezelf zorgen. Nieuwe moeders moeten echt goed voor zichzelf zorgen door zo veel mogelijk rust te nemen, goed en gezond te eten, en tijd door te brengen met een groep andere moeders of speelgroep voor kinderen.

Daarnaast dienen moeders realistische doelen te stellen met de nodige flexibiliteit; het moederschap is immers lichamelijk en emotioneel veeleisend. Bedenk dat ‘alles heeft zijn uur en ieder ding (...) zijn tijd’ (Prediker 3:1). Elizabeth, die in enkele jaren tijd vier dochters heeft gekregen, zegt: ‘Je kunt het huishouden en koken niet stopzetten als er nog meer kinderen zijn die schone kleren en eten nodig hebben. Het heeft mij geholpen om elke dag in elk geval iets te doen — een was draaien, de gootsteen van de badkamer schoonmaken (in plaats van de hele badkamer), de maaltijden plannen en mijn man de boodschappen laten doen. Voelen dat je productief bent, ook al is het maar elke dag een beetje, werkt erg stimulerend.’

Andere dingen die helpen. Andere activiteiten kunnen ook nuttig zijn bij het omgaan met en genezen van een postnatale depressie:

- Luisteren naar opbouwende muziek.
- In de Schriften en andere inspirerende boeken lezen. Anna vertelde dat ze vooral veel heeft gehad aan 2 Nephi 4, waarin Nephi zijn gevoelens van ontmoediging en twijfel beschrijft, en vervolgens zijn toenemende erkenning van de liefde die de Heer voor hem koestert: ‘Mijn God is mijn steun geweest; (...) Hij [heeft] mij door mijn ellende heengevoerd’ (2 Nephi 4:20).
- Een dagboek bijhouden. Rachel zegt: ‘In mijn dagboek kon ik mijn gevoelens van diepe wanhoop onder woorden brengen. Ik werd me bewuster van dingen die depressieve gevoelens in de hand leken



**De erkenning dat we van onze beproevingen
kunnen leren, kan ons geloof versterken,
zelfs als we er middenin zitten.**

te werken. Ik ben er ook mijn zegeningen door gaan tellen.'

- Bidden om troost en hulp. Anna zegt: 'Mijn depressiviteit maakte het moeilijker voor mij om de troost van de Heilige Geest te ervaren, die ik zo hard nodig had. Ik probeerde de negatieve stemmen te verjagen die me zwakker maakten en me deden twifelen aan mijn vermogen om mijn negatieve gevoelens te overwinnen.' Johanna stelde zichzelf en de Heer de volgende vraag in haar persoonlijke gebed en overpeinzing: 'Mijn hemelse Vader, wat wilt U dat ik hier van leer?'

Het doel van beproevingen in ons leven

De erkenning dat we van onze beproevingen kunnen leren, kan ons geloof versterken, zelfs als we er middenin zitten. God laat ons niet alleen in onze strijd om hoop te vinden. Ouderling Jeffrey R. Holland van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: 'Tot iedereen die misschien worstelt om dat licht te zien en die hoop te vinden, zeg ik: houd vol. Blijf het proberen. God houdt van u.'¹⁵ Dat doet Hij zeker. Zuster Patricia Holland, de vrouw van ouderling Holland, heeft ons eens de uitnodiging gegeven om terug te keren naar 'de volledigheid van onze ziel, de eenheid waardoor de veeleisende en onvermijdelijke verscheidenheid in het leven in balans wordt gehouden.'¹⁶

Anna legt uit welk proces ze heeft doorgemaakt: 'In de strijd om mijn postnatale depressie te overwinnen zocht ik

een uitweg uit de duisternis naar het licht, het licht van de Zoon van God. Ik huilde bij het lezen van Jesaja 53:3-4, en kon voor het eerst goed begrijpen dat de Heiland 'een man van smarten en vertrouwd met ziekte' was. '(...) Onze ziekten heeft hij op zich genomen, en onze smarten gedragen.' Ik hield me vast aan de belofte dat de Heiland mijn persoonlijke Heiland was, dat Hij was gezonden om ons te geven 'hoofdsieraad in plaats van as, vreugdeolie in plaats van rouw, een lofgewaad in plaats van een kwijnende geest' (Jesaja 61:3). Toen ik mijn blik op de Heiland richtte, realiseerde ik me meer volkomen dat Hij mijn pijn kende, dat Hij mij met gevoel te hulp kon komen als ik mij tot Hem zou keren.' ■

NOTEN

1. Ardeth G. Kapp, 'Pray Not for Light Burdens but for Strong Backs', *The Joy of Our Salvation: Talks from the 2004 BYU Women's Conference* (2005), p. 116.
2. Cheryl Tatano Beck, 'Postpartum Depression: It Isn't Just the Blues', *American Journal of Nursing*, vol. 106, nr. 5 (mei 2006), p. 40.
3. 'Het gezin: een proclamatie aan de wereld', *De Ster*, januari 1996, p. 93.
4. Kathleen H. Hughes, 'Serving and Supporting One Another', *The Rock of Our Redeemer: Talks from the 2002 BYU Women's Conference* (2003), p. 52.
5. Jeffrey R. Holland, 'Hogepriester van goede dingen die zullen komen', *Liahona*, januari 2000, p. 42.
6. Patricia Holland, "'One Thing Needful': Becoming Women of Greater Faith in Christ', *Ensign*, oktober 1987, p. 30.

'Mijn vriendin is begonnen met roken. Hoe kan ik haar helpen ermee te stoppen zonder haar te beledigen?'

Je vriendin weet waarschijnlijk wel dat roken ongezond is. En als ze lid van de kerk is, weet ze ook dat roken tegen het woord van wijsheid is. Je kunt haar dan ook het beste helpen door geen kritiek te leveren, maar haar aan te moedigen om met die gewoonte te breken.

Als je dit probleem met haar bespreekt, vertel dan dat je dat doet omdat je om haar geeft en haar lichamelijke en geestelijke gezondheid voor ogen hebt. Als je merkt dat ze wil stoppen met roken, geef haar dan de nodige steun en aanmoediging. In *Predik mijn evangelie* staan op pagina's 204-205 enkele ideeën om mensen te helpen met verslavingsgedrag te breken.

Veel onderzoekers van de kerk is het gelukt om te stoppen met roken nadat ze over het woord van wijsheid hadden gehoord. Deze verandering kwam niet alleen doordat ze meer gemotiveerd raakten, maar ook door de geestelijke zegeningen. De Heer zegende hen zodat het verlangen om te roken plaats maakte voor het verlangen om gehoorzaam te zijn. Je zou je vriendin kunnen vragen om samen met jou te vasten en te bidden voor die zegen.

Vraag hoe je kunt helpen



wat je voor haar kunt doen.

Alysha S. (13), Utah (V5)

Zeg haar dat je van haar houdt en om haar geeft. Laat haar op een aardige manier weten dat roken niet gezond is voor je lichaam. Zeg haar dat je haar graag op alle mogelijke manieren wilt helpen, en vraag

Kweek vertrouwen



doormaken. Als je eenmaal weet wat er aan de hand is, kun je wat ideeën aandragen en je hulp aanbieden. Zo beseffen je vrienden dat iemand genoeg om ze geeft om te zeggen dat ze moeten stoppen zichzelf schade toe te brengen.

Blaine L. (18), Arizona (V5)

Ik heb altijd gemerkt dat je het vertrouwen van je vrienden het beste kunt winnen als je met ze over hun problemen praat. Als je laat zien dat je bezorgd om ze bent, weten ze dat je om ze geeft en wilt begrijpen wat ze

Wees een voorbeeld

Toen ik op de middelbare school zat, gingen veel van mijn vrienden roken. Ik was het enige lid van de kerk in dat groepje vrienden. Zij wisten dat ik lid van de kerk was. Ze vroegen me eens waarom ik niet rookte. Ik glimlachte en antwoordde nederig: 'In de Bijbel staat dat ons lichaam een tempel is en een speciaal geschenk dat we hebben gekregen. Daarom moeten we goed voor dat geschenk zorgen omdat het van God komt.'

Als reactie zeiden ze dat ik misschien wel gelijk had, en dat we goed voor ons lichaam moeten zorgen. Ik gaf ze mijn getuigenis over het woord van wijsheid. Als we goed voor ons lichaam zorgen, worden we gezegend met kennis en een goede gezondheid. Ik kon aan hun gezichten zien dat ze geloofden wat ik ze had verteld. Sindsdien heb ik een verbetering gezien in hun leven. Je getuigenis geven aan mensen die roken, kan ze helpen om het goede te kiezen.

Michael T. (18), Palawan (Filipijnen)

Moedig haar aan om te bidden



Eerst zou ik onze hemelse Vader vragen haar hart te raken, zodat ze het belang van het woord van wijsheid gaat inzien en wil veranderen. Ik zou haar de negatieve gevolgen van roken voorhouden, zowel in geestelijk als lichamelijk opzicht. Ik zou haar ook vertellen hoe waardevol ze is als potentiële moeder, dat haar lichaam een tempel van God is en dat onze hemelse Vader niet blij is als ze het ontwijft. Ik zou haar aansporen om te bidden om hulp.

Daniel C. (17), Rivers (Nigeria)

Toon liefde

Het eerste wat je moet doen is je liefde en oprechte belangstelling voor haar tonen. Als ze weet dat je om haar geeft, moet je rustig en nederig met haar praten over haar beslissing om te gaan roken. Vertel haar wie ze is en welke waarde ze als persoon heeft, en leg uit hoe schadelijk roken voor haar is. Je kunt ook de schrifttekst aanhalen over het woord

van wijsheid en de zegeningen die eruit voortvloeien (zie LV 89). Als we niet oordelen, kunnen we iemands hart gemakkelijker raken.

Mariana S. (18), Buenos Aires (Argentinië)

Zorgen voor ons lichaam



Een vriendschap is gevoelig terrein om je persoonlijke gevoelens en opvattingen op te dringen. Het wordt

zelfs nog moeilijker als evangeliekwesties een rol spelen. Ik moedig je aan om je vriendin te zeggen dat je om haar geeft en uit te leggen dat roken ongezond is. Zeg dat je haar wilt behoeden voor lichamelijke problemen, en vertel haar op een gepast moment over je eigen gevoelens wat het woord van wijsheid betreft. s hemelse Vader zegent ons als we goed zorgen voor een van zijn kostbaarste gaven aan ons: ons lichaam.

Kent P. (21), Alberta (Canada)

VOLGENDE VRAAG

'Hoe kan ik het beste reageren als ik word uitgelachen omdat ik lid van de kerk ben en probeer mijn normen hoog te houden?'

Stuur je antwoord vóór 15 september 2009 aan:

**Liahona, Questions & Answers 9/09
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA
Of per e-mail: liahona@ldschurch.org**

Vermeld de volgende informatie en toestemming in je e-mail of brief:

VOLLEDIGE NAAM

GEBOORTEDATUM

WUJ (OF GEMEENTE)

RING (OF DISTRICT)

Ik geef toestemming om antwoord en foto af te drukken:

HANDTEKENING

HANDTEKENING OUDERS (ALS JE JONGER DAN ACHTTIEN BENT)



EEN HELPENDE HAND REIKEN

'Veel van onze jonge mensen hebben zich in de verkeerde richting laten meeslepen en zich laten verleiden om mee te doen aan de zonden van de wereld. Smachtend zoeken zij naar de kracht om standvastig voor de waarheid te blijven staan. Door rechtschapen te leven, de helpende hand te reiken en begrip te tonen, kun je anderen redden. Hoe groot zal dan je vreugde zijn. Hoe eeuwig zal dan de zegen zijn die je hebt verleend.'

President Thomas S. Monson, 'Een voorbeeld voor de gelovigen', De Ster, januari 1993, p. 89.

Wanneer moet ik mijn patriarchale zegen ontvangen?

ROBERT K WAGSTAFF

Patriarch in de ring Springville-West (Utah)

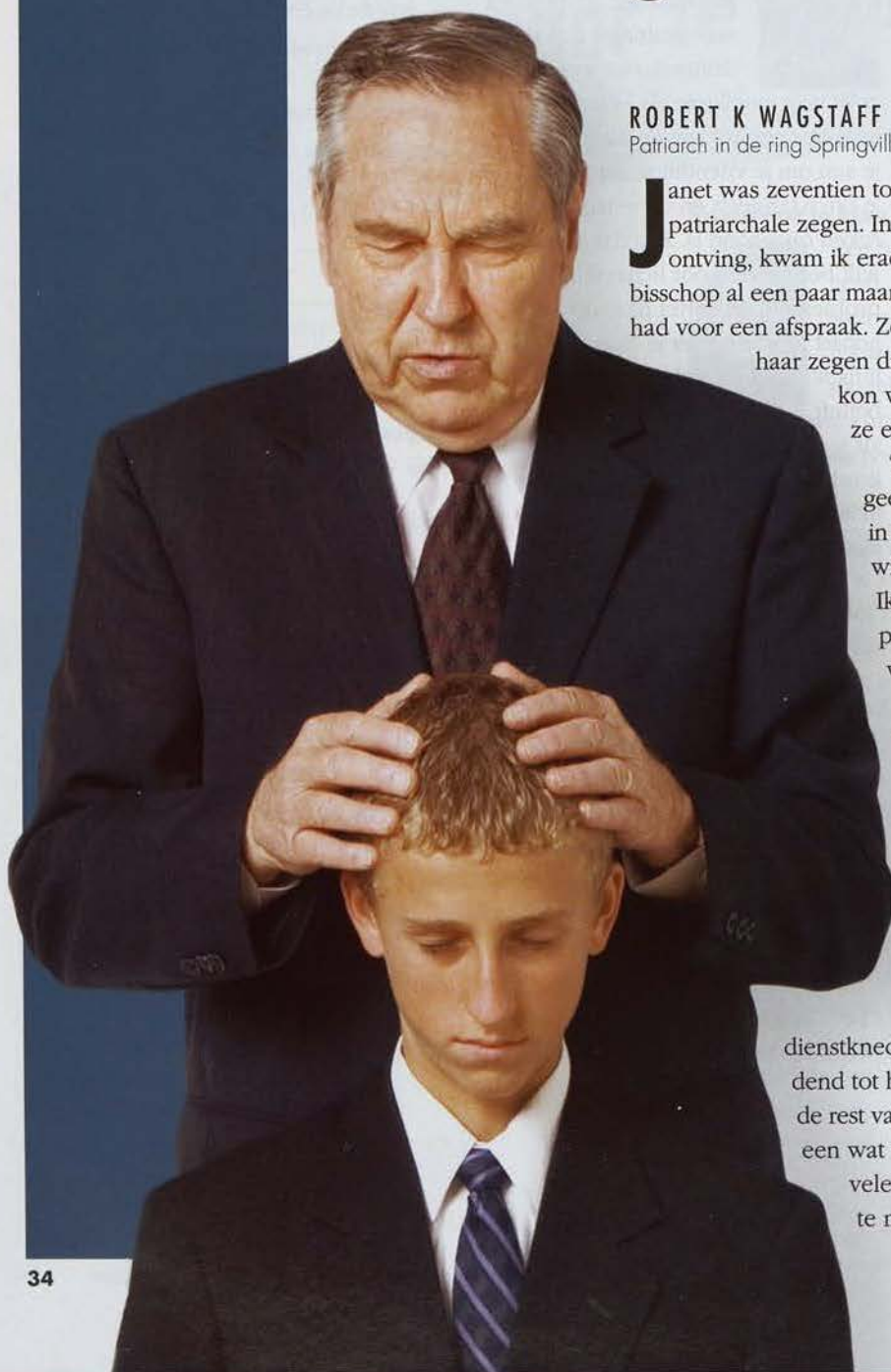
Janet was zeventien toen ze bij mij thuis kwam voor haar patriarchale zegen. In ons gesprek voordat ze de zegen ontving, kwam ik erachter dat ze de aanbeveling van haar bisschop al een paar maanden op zak had voordat ze me gebeld had voor een afspraak. Ze had gewacht omdat ze bang was dat haar zegen dingen van haar zou vragen die ze niet kon waarmaken. Ze was ook bezorgd dat ze er nog niet klaar voor was.

'Een belofte van onze hemelse Vader is geen gebod', vertelde ik haar. 'De beloften in je zegen worden alleen vervuld als je dat wilt en eraan werkt om ze waar te maken.' Ik stelde haar ook gerust dat ik haar als patriarch niet zou veroordelen of terechtwijzen. Ik zou haar een zegen geven.

Wat is een patriarch?

De profeet Joseph Smith heeft uitgelegd: 'Waar de kerk van Christus op aarde is, dient er een patriarch te zijn ten gunste van het nageslacht van de heiligen, zoals in het geval van Jakob, die zijn zoons een patriarchale zegen heeft gegeven.'¹

Je ringpatriarch is een toegewijde dienstknecht van onze hemelse Vader. Hij is geordend tot het ambt van patriarch en zal dat ambt de rest van zijn leven behouden. Hij is doorgaans een wat oudere man die op de hoogte is van vele dingen waar je op je levenspad mee te maken kunt krijgen.



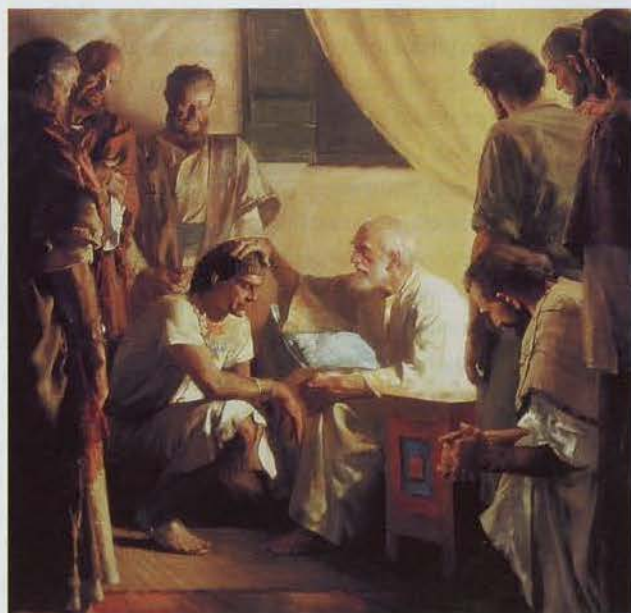
Hij is geroepen om zegens te geven. Hij is geen raadgever, dus geeft hij geen raad. Hij is geen bisschop, dus oordeelt hij niet. Wanneer hij zijn handen op je hoofd legt om je een zegen te geven, geeft je hemelse Vader hem door de influisteringen van de Heilige Geest gedachten, ideeën en soms ook specifieke woorden voor jou in. De patriarch neemt die gedachten en ideeën vervolgens op in jouw zegen.

Wat is een patriarchale zegen?

President Harold B. Lee (1899–1973) beschreef een patriarchale zegen als een '[aline] uit het boek van iemands mogelijkheden'.² Als de patriarch je de handen op het hoofd legt, zal je zegen meestal de volgende elementen bevatten:

Een vermelding van het gezag van de patriarch. Zegens worden gegeven met het gezag van het Melchizedeks priesterschap en door de inspiratie van de Heilige Geest.

Een vermelding van de afstamming. Elk lid van de kerk krijgt de geestelijke zegeningen en verantwoordelijkheden via een van de twaalf stammen van Israël mee. Door de inspiratie van de Geest verklaart de patriarch de stam waardoor je die zegeningen zult ontvangen. Deze afstamming wordt niet eenvoudigweg bepaald door je ras of nationaliteit. Leden van dezelfde genetische familie



EEN ZEGEN EN GETUIGENIS

'Een patriarchale zegen is een uniek en enorm voorrecht die de getrouwe leden van de kerk kunnen genieten wanneer ze volwassen genoeg zijn om de aard en het belang van dergelijke zegens te begrijpen. Deze bevoorrechte zegens vormen een krachtig getuigenis van de zending van de Heer Jezus Christus om een ieder van ons verhoging te schenken. (...) Ons getuigenis kan elke keer als we onze patriarchale zegen lezen en herlezen, sterker en krachtiger worden en ons leven kan er meer richting en inhoud door krijgen.'

President James E. Faust (1920–2007), tweede raadgever in het Eerste Presidium, 'Patriarchal Blessings', Tambuli, juni 1983, p. 30.

kunnen tot verschillende stammen van Israël behoren. Deze afstamming heeft vaak te maken met je verantwoordelijkheden in het koninkrijk van de Heer. Veel leden van de kerk behoren tot de stam van Efraïm, Manasse of Juda, die het meest voorkomen in dit stadium van onze prediking van het evangelie aan alle naties, geslachten, talen en volken.³

Een persoonlijke zegen. In dit gedeelte van je zegen worden geïnspireerde en profetische uitspraken over je leven vermeld. In je zegen kunnen dingen staan die je kunt bereiken, beloften van de Heer aan jou, en aansporingen en waarschuwingen die je kunnen beschermen en behoeden voor gevaar of tegenspoed. Je zegen zal niet alle toekomstige gebeurtenissen in je leven vermelden, maar wel datgene waar je speciaal op moet letten. Als het vervullen van een zending niet wordt genoemd, betekent dat niet dat je niet op zending kunt gaan. Het geeft wellicht alleen aan dat je in Gods ogen een zending kunt vervullen zonder dat dit in je patriarchale zegen wordt benadrukt.

Je zegen kan lang of kort zijn. De lengte van je zegen is geen maatstaf van je getrouwheid.

Je zegen lezen lijkt veel op het lezen in de Schriften. Bij het lezen krijg je nieuwe inzichten over wat je moet doen en goede gevoelens over je leven. Hoe vaker je je zegen leest, des te beter zul je de betekenis ervan voor jou begrijpen.

Je patriarchale zegen is een openbaring die speciaal voor jou is bedoeld. Hij is persoonlijk, heilig en vertrouwelijk. Je moet anderen er alleen vanwege hun

nieuwsgierigheid geen deelgenoot van maken. Hij wordt 'onder inspiratie van de Heilige Geest gegeven en dient onder invloed van diezelfde Geest te worden gelezen en geïnterpreteerd'.⁴

Wanneer moet ik een patriarchale zegen ontvangen?

Eenvoudig gezegd is de beste tijd voor het ontvangen van een zegen wanneer je er klaar voor bent. Er 'klaar' voor zijn betekent zowel emotioneel als geestelijk voorbereid zijn.

Dat is vermoedelijk in je tienerjaren.

Dan begin je zelfstandig te worden en over het leven na te denken en wat er met je gaat gebeuren.

Je hebt dat punt bereikt wanneer je werkelijk naar een zegen verlangt — niet omdat je vrienden of vriendinnen er een krijgen, maar omdat

je er echt zelf naar verlangt. Dat kan zijn wanneer je anderen dingen ziet doen die volgens jou verkeerd zijn. Dat kan zijn wanneer een goede bekende van je overlijdt. Dat kan zijn wanneer je een toespraak in de kerk hoort die je hart raakt. Dat kan

zijn wanneer je in de Schriften leest en meer leert over de Heiland. Dat kan zijn wanneer je alleen bent en Gods liefde voor jou begint te voelen. Dat kan zijn wanneer je de leeftijd krijgt om op zending te gaan, gaat studeren, in militaire dienst gaat of in de tempel gaat trouwen.

Hoe kom ik aan een patriarchale zegen?

Als je zover bent om een patriarchale zegen te ontvangen, heb je een gesprek met je bisschop of gemeentepresident. Hij stelt je vragen over je getrouwheid, bijvoorbeeld of je je aan het woord van wijsheid houdt, een volledige tiende betaalt, een zedelijk rein leven leidt en een actief lid van de kerk bent. Je hoeft echter niet volmaakt te zijn om in aanmerking te komen voor een patriarchale zegen. Het verlangen naar een zegen en willen weten hoe je dichterbij je hemelse Vader kunt leven, zijn net zo belangrijk als je getrouwheid. Je kunt je verlangen naar een zegen voeden door persoonlijk gebed, evangeliestudie en door te leren luisteren naar de Geest.

Nadat je je zegen hebt ontvangen, stuurt de patriarch je een schriftelijk exemplaar toe. Bewaar dit exemplaar op een veilige plek. Raak het niet kwijt. Mocht je ooit toch een exemplaar nodig hebben, dan kun je contact opnemen met het hoofdkantoor van de kerk in Salt Lake City.

Een patriarchale zegen is beschikbaar voor elk getrouw lid van de kerk. Die zegen is een persoonlijke gave aan jou van je hemelse Vader, die je in je leven wil helpen om vooruitgang te maken en later bij Hem terug te keren. ■

NOTEN

1. *Leringen van kerkpresidenten: Joseph Smith* (leergang Melchizedekse priesterschap en Zustershulpverlening, 2007), p. 151.
2. Karl G. Maeser, geciteerd in Harold B. Lee, *Stand Ye in Holy Places* (1975), p. 117.
3. Zie Dallin H. Oaks, 'Patriarchale zegens', *Wereldwijde instructiebijeenkomst voor leidinggevendenden*, 8 januari 2005, p. 8.
4. Dallin H. Oaks, 'Patriarchale zegens', p. 10.



Te heilig?

Ian Caloobanan is veranderd sinds hij lid van de kerk is geworden. Zijn vrienden merkten dat ook.

R. VAL JOHNSON

Kerkelijke tijdschriften

Je bent te heilig.'

De twaalfjarige Ian Caloobanan stond versteld van de woorden van zijn vrienden. Hij vond zichzelf niet heilig.

Zijn vrienden gingen verder: 'Sinds je bij die mormonen bent, ben je een spelbreker geworden. Je drinkt niet meer met ons. Je doet geen leuke dingen met ons op zondag. Je bent te heilig.'

Die woorden deden zeer, maar toch (...) wat moest hij anders? Hij had zich laten dopen en droeg nu het Aäronisch priesterschap. Hij was veranderd, en Ian vond zelf dat hij ten goede was veranderd. Maar heilig? Nou, dat misschien nog niet.

Ian komt uit de ring Las Piñas (Filipijnen) en heeft zich op tienjarige leeftijd laten dopen. Toen de zendelingen hem de lessen gaven, vroegen ze hem te bidden om te weten of de kerk waar was. En dat deed hij. 'Ik voelde me blij en erg licht', zegt hij. Hij besepte later dat de Heilige Geest

toen tot hem van de waarheid had getuigd.

Voordat hij lid van de kerk werd, dronk Ian vaak thee met zijn vrienden. Ook ging hij 's zondags altijd oefenen als cheerleader bij de sportwedstrijden van zijn school. Maar hij is met die dingen gestopt. In plaats daarvan begon hij naar de kerk te gaan, ook al is hij de enige in het gezin die dat doet. Zijn vader steunt Ian in zijn kerkgang, en zijn stiefmoeder, die geen lid van de kerk is, brengt hem naar de kerk en haalt hem later weer op.

Op de vraag waarom hij naar de kerk gaat terwijl het gemakkelijker zou zijn om thuis te blijven, antwoordt hij eenvoudig: 'Ik ga omdat ik mijn geloof sterk wil houden.'

'Ian is een goed voorbeeld van een discipel van Jezus Christus', zegt zijn bisschop. 'Hij komt trouw naar de kerk en raakt niet snel overstuur. Hij heeft hier veel vrienden. Hij was heel blij toen hij het priesterschap ontving, en vroeg zijn vader om een wit overhemd te kopen dat hij bij het rond dienen van het avondmaal kan aantrekken.'

Ians vreugde met het evangelie kan hij niet voor zich houden. Hij heeft een van zijn leerkrachten een exemplaar van het Boek van Mormon gegeven en hem uitgenodigd om met de zendelingen te spreken. Sommige kinderen op school respecteren hem vanwege zijn nieuwe normen en hebben hem dingen gevraagd over het evangelie. Anderen lachen hem uit.

Ian blijft gewoon zo goed mogelijk de geboden onderhouden.

Met zijn portie aan vreugde en vervolging door zijn lidmaatschap van de kerk heeft Ian een portie wijze raad voor ons allemaal: 'Blijf geloven. Bestudeer de Schriften. Ga in gebed. Vertrouw op Jezus Christus. Neem je voor om het evangelie na te leven. Verander ten goede.'

En is dat niet waar ons lidmaatschap in de kerk voor is bedoeld? Ons helpen ten goede te veranderen. Ons helpen uiteindelijk te worden zoals Jezus dat wil — heilig. ■

FOTO EDWIN REDRINO



HET BEGINT MET GELOOF

'De geestelijke wedergeboorte begint met geloof in Jezus Christus,

door wiens genade wij worden veranderd. Het gaat met name om ons geloof in Christus als de Verzoener, de Verlosser die ons van zonden reinigt en ons heiligt.'

Ouderling D. Todd Christofferson van het Quorum der Twaalf Apostelen, 'Wederom geboren', *Liahona*, mei 2008, p. 78.





Wie laten je zien hoe je het evangelie naleeft? Je hebt meer voorbeelden dan je misschien denkt.

VOORBEELDEN

OUDERLING BENSON E. MISALUCHA

Gebiedszeventiger in het gebied Filipijnen

Een getuigenis gaat meestal niet met een oogverblindend licht gepaard. We verkrijgen in de loop der tijd steeds meer kennis van het evangelie en leren te vertrouwen op de goede gevoelens die van de Heilige Geest afkomstig zijn. Daarnaast zijn er vele mensen die als rolmodel dienen: zij inspireren ons om zo goed mogelijk te leven. Je getuigenis wordt sterker en je leert gehoorzaam te zijn door hun voorbeeld te volgen.

Zendingelingen

De eerste rolmodellen die mij over het evangelie vertelden, waren de zendingelingen



die mijn familie in de Filipijnen lesgeven. Hun voorbeeld had grote invloed op onze beslissing om lid van de kerk te worden. Zij hadden geduld met ons en hadden altijd een fijne geest bij zich.

Toen we nog maar pas lid van de kerk waren, ontmoetten we een man die de kerk de rug had toegekeerd. Hij voorzag ons van de nodige anti-mormoonse lectuur, en ik was geschokt. Dit was mijn eerste ervaring met tegenstand van de kerk, en mijn getuigenis was nog pril. Toen hij de confrontatie met ons zocht en alles betwistte wat de zendingelingen ons hadden geleerd, werd ik bang. Maar toen de zendingelingen bij ons kwamen, brachten ze vrede. Door de zendingelingen hebben wij als gezin het verschil tussen geloof en angst leren kennen, en wij kozen voor geloof.

Zendingspresidenten

Mijn vader en ik werden al snel als een huisonderwijskoppel ingedeeld. Een van onze eerste taken was het bezoeken van de zendingspresident en zijn vrouw. Zij waren erg vriendelijk. Mijn vader had nog veel tradities van zijn vorige geloof. Maar zij legden vriendelijk, zonder kritiek, uit waarom in de ware kerk dingen anders gaan. Wij waren de huisonderwijzers, maar leerden veel door het voorbeeld van onze zendingspresident.

Later heb ik als voltijdzendingeling nog meer van zendingspresidenten kunnen leren. Mijn eerste president was er altijd van overtuigd dat alles uiteindelijk goed zou komen, ook in moeilijke tijden. Van hem heb ik geleerd positief te zijn.

Mijn tweede zendingspresident was

OM NA TE VOLGEN



een voormalig straaljagerpiloet, maar was als kerkleider zachtvaardig en gevoelig, gevuld met christelijke liefde voor zijn mededienstknechten. Als een van zijn assistenten merkte ik dat sommige zendelingen bepaalde privileges misbruikten en zijn goedheid uitbuitten. Ik stelde strakkere regels en een strengere handhaving voor. Hij vond het beter erop te vertrouwen dat de zendelingen het goede zouden kiezen in plaats van hun bedoelingen in twijfel te trekken. Van dit rolmodel heb ik geleerd de raad van Joseph Smith te volgen om mensen de juiste beginselen te leren en ze zichzelf te laten besturen.



Links: Zendelingen kunnen een geweldig voorbeeld zijn voor de mensen die ze lesgeven. **Boven:** Koning Benjamin was een rolmodel voor zijn volk. Nadat hij de mensen had toegesproken, ondergingen zij een grote verandering in hun hart.

Andere kerkleiders

Ik heb ouderling Dallin H. Oaks gadeslagen, toen hij als lid van het Quorum der Twaalf Apostelen werkzaam was als gebiedspresident in de Filipijnen. Ik zag hem beraadslagen met anderen over de uitdagingen waar de kerk in ons land mee te maken heeft. Ik zag de grote liefde die hij koestert voor de opbouw van de kerk en mogelijkheden creëren die het leven van de leden tot zegen zijn. Van zijn voorbeeld heb ik geleerd dat apostelen niet alleen begaan zijn met de kerk als geheel, maar ook met individuen.

Onze huidige gebiedspresident, ouderling Keith R. Edwards van de Zeventig, zegt dat hoewel het kerkwerk een bestuurlijke kant heeft, de Heer wil dat we ons op het hart richten. Hij herinnert ons aan de gebeurtenissen waarbij koning Benjamin vanaf de toren sprak en de mensen een grote verandering van het hart ondergingen. Zij waren 'niet meer geneigd (...) om kwaad te doen, maar wel om voortdurend goed te doen' (Mosiah 5:2). Van ouderling Edwards heb ik geleerd om naar mijn eigen hart te kijken of mijn bedoelingen wel zuiver zijn.

Opperbevelhebber Moroni

De Schriften staan vol van geweldige rolmodellen. Opperbevelhebber Moroni is een van mijn favoriete helden. Mormon had zo veel bewondering voor Moroni, dat hij zijn zoon naar hem heeft vernoemd. Mormon schreef het volgende over opperbevelhebber Moroni: 'Als alle mensen waren geweest, en waren, en altijd zouden zijn zoals Moroni, zie, dan zouden zelfs de machten der hel voor eeuwig hebben gewankeld; ja, de duivel zou nooit macht hebben over het hart der mensenkinderen' (Alma 48:17). Mormon zei ook dat hij de zonen van Mosiah en Alma bewonderde, 'want dat waren allen mannen Gods' (Alma 48:18). Zorg dat je rolmodellen mannen en vrouwen Gods zijn!



Nephi

Nephi is nog een geweldig voorbeeld uit de Schriften. Van hem heb ik geleerd op de Heer te vertrouwen en niet te klagen. Dat zal ik uitleggen. Toen ik de Filipijnen verliet om aan de Brigham Young University verder te studeren, beloofde ik dat ik terug zou komen. Toen het zover was om met mijn gezin terug te keren, was die beslissing niet gemakkelijk. De kansen en mogelijkheden in mijn geboorteland leken niet zo gunstig als die in de Verenigde Staten. Maar omdat ik mijn woord had gegeven, besloten mijn vrouw en ik geloof te oefenen zoals Nephi dat had gedaan en te doen wat de Heer ons gebod.

Ook al had ik al eerder gewerkt, ik moest financieel helemaal opnieuw beginnen. We hadden maar weinig geld en er was tijd nodig om kansen in resultaten om te zetten. Toen onze drie kinderen ook nog eens allemaal ziek werden, bleef er niets van ons spaargeld over. Het was een van de moeilijkste perioden in ons leven.

Onze jongste zoon had een vorm van tuberculose opgelopen. Hij had negen maanden lang dure medicijnen nodig. Ik weet nog dat ik in mijn portemonnee keek en er geen geld meer was. Mijn vrouw vroeg me hoe we de kinderen te eten konden geven.

In zulke tijden ga je vragen stellen. En als je niet oppast, begin je net als Laman en Lemuël te morren en raak je verbitterd. Je vindt dat het leven niet eerlijk is. Ik had gemakkelijk kunnen denken: 'Ik ben een teruggekeerde zendeling. Ik heb de Heer gediend. Wij betalen onze tiende. Wij zijn werkzaam in de kerk. Waar blijven de zegeningen?' Maar we zijn actief gebleven, waren werkzaam in onze roepingen en hielden het hoofd boven water. Mijn broer en zijn vrouw gaven ons financiële steun en uiteindelijk vond ik een baan. Het leverde amper genoeg op, minder dan wat ik had verdiend voordat ik weer naar school ging. Ik vond mezelf een mislukkeling.

Uiteindelijk besloten mijn vrouw en ik na enkele jaren dat onze vragen en zorgen geen zoden aan de dijk zetten. We zeiden: 'Laten we ophouden met klagen, ons vertrouwen in de Heer stellen en gelukkig zijn met wat we hebben.' En direct daarna begon het tij te keren. Ik kreeg diverse banen aangeboden en kon de beste uitkiezen. Ik werd als bisschop van onze wijk geroepen. De zegeningen bleven maar komen.

Als bisschop merkte ik hoe de moeilijke tijden die ik had doorgemaakt mij hielpen om anderen te helpen. Zo herinner ik me nog goed het medeleven dat ik voelde toen een lid

mij vertelde dat hij het financieel erg moeilijk had. Ik had dat medeleven nooit kunnen voelen als ik die dingen zelf niet had ervaren. En ik moest denken aan wat Nephi heeft gezegd: 'Zowaar de Heer leeft, en zowaar wij leven, zullen wij niet naar onze vader in de wildernis afdalen voordat wij hebben volbracht wat de Heer ons heeft geboden' (1 Nephi 3:15).

Ik herinnerde mij dat Nephi op het schip onderweg naar het beloofde land, ondanks zijn gezwollen polsen en enkels omdat hij was vastgebonden, zei: 'Niettemin vertrouwde ik op mijn God en ik loofde Hem de gehele dag; en ik morde niet tegen de Heer wegens mijn ellende' (1 Nephi 18:16). Ik vertelde het lid dan ook dat de meesten van ons nog een lange weg te gaan hebben om als Nephi te worden, maar dat hij een goed rolmodel is. Ik kon dat lid laten inzien dat morren geen uitkomst biedt, maar de dingen doen die de Heer heeft geboden wel, omdat Hij zeker een weg zal bereiden (zie 1 Nephi 3:7).

Links: Opperbevelhebber Moroni was zulk een krachtig leider dat Mormon later schreef: 'Als alle mensen waren geweest, en waren, en altijd zouden zijn zoals Moroni, zie, dan zouden zelfs de machten der hel voor eeuwig hebben gewankeld.' Onder: Nephi's voorbeeld leert ons op de Heer te vertrouwen en niet te klagen.





SIMON DE VEE, © MIJN VADER

Het ultieme rolmodel voor ons aardse leven is de Heer Jezus Christus, die Zichzelf voor onze zonden heeft geofferd. Al onze rechtvaardige handelingen en gedragingen komen voort uit ons geloof in onze Verlosser.

Ouders

Net als Nephi ben ik gelukkig ook geboren uit goede ouders. Mijn moeder was een deugdzame en sterke vrouw. Ik ben de persoon geworden die ik ben vanwege het stevige evangeliefundament dat zij thuis heeft gevestigd. Mijn vader was weliswaar niet volmaakt, maar ook een geweldig rolmodel voor mij. Hij zorgde dat we de juiste koers aanhielden, maar vroeg ons altijd: 'Wat vind jij ervan?' En dan luisterde hij.

Zijn belangstelling voor de kerk werd gewekt toen hij een bordje zag met de tekst: 'Geen enkel succes weegt op tegen falen in het gezin.' Hij was daar echt van overtuigd. Hij hield van zijn gezin en werkte hard om in onze behoeften te voorzien.

Er was een tijd waarin het grote farmaceutische bedrijf waar hij werkte hem steeds meer verantwoordelijkheden gaf, waardoor hij steeds vaker moest reizen. Hij was op een bepaald moment nog maar drie dagen in de maand thuis. Toen vernamen we opeens dat

hij zijn jarenlange baan en veelbelovende carrière had opgegeven.

Ik weet nog dat hij op onze eerstvolgende gezinsraad daarna zei dat we onze broekriem de volgende paar maanden moesten aanhalen terwijl hij op zoek ging naar een andere baan. Wij vroegen hem waarom hij ontslag had genomen, en zijn antwoord zal ons altijd bijblijven: 'Jullie komen al in de tienerjaren, en dat is een zeer belangrijke tijd in jullie leven. Ik wil niet dat jullie later kunnen zeggen: "Waar was je toen we je nodig hadden?"' Hij zette zijn gezin op de eerste plaats.

Het voorbeeld van mijn vader volgen

Door dat voorbeeld van mijn vader was ik jaren later in staat om ook een dergelijke beslissing te nemen. Ik was pas in dienst getreden bij een groot adviesbureau, en we vlogen met zes werknemers uit de Filipijnen naar Sydney (Australië) om ons bij vierhonderd managers vanuit de hele wereld te voegen voor een trainingsprogramma. Wij

vlogen eersteklas. We werden bij het vliegveld door een limousine opgehaald en naar een vijfsterrenhotel gebracht, met in elke kamer een grote mand vol lekkernijen. Men wilde ons laten zien dat het een goed bedrijf was om voor te werken — en te blijven werken.

Na de bijeenkomsten van de eerste dag volgde een galadiner, dat een formele aangelegenheid was. We zaten met ongeveer twaalf mensen aan een tafel, met aan elke tafel tien managers en twee leidinggevende partners die als onze rolmodellen in de firma zouden fungeren. Zij vertelden ons verhalen hoe ze in de firma waren begonnen en hun carrière met het bedrijf was meegroeid. Zij kwamen op de proppen met deals van miljoenen dollars die ze hadden gesloten, belangrijke zakenmensen met wie ze hadden gewerkt en grote projecten die ze hadden geleid. Ik hoorde herhaaldelijk namen van directeuren van grote of veelbelovende Amerikaanse ondernemingen vallen en was onder de indruk van deze mannen en het werk dat ze deden.

We voelden ons allemaal geweldig over de kansen die voor ons lagen, tot een van de mensen aan de tafel vroeg: 'Hoe gaat uw vrouw met al het gereis om? U bent altijd op pad.' Een van de partners antwoordde: 'Ik ben net twee jaar geleden gescheiden.' En de andere partner aan onze tafel zei: 'Ik ben al vijf jaar gescheiden.'

Ik weet nog dat ik dacht: 'Ik wil niet worden zoals deze mannen. Ik denk niet dat ik voor deze firma wil werken, omdat werelds succes mij niet veel zegt als mijn gezin uit elkaar valt.' Door het voorbeeld van mijn vader was ik beter in staat om mijn gezin op de eerste plaats te zetten, en ik vond een andere baan waarbij ik dat inderdaad kon doen.

De Heiland

Het ultieme rolmodel voor ons aardse leven is uiteraard de Heer Jezus Christus, de Zoon van God, die in elk opzicht volmaakt was en Zichzelf voor onze zonden heeft geofferd. Al onze rechtvaardige handelingen en gedragingen komen voort uit ons geloof in onze Verlosser; en dat geloof komt voort uit ons getuigenis van wie Hij is en wat Hij voor ons heeft gedaan. Ik ben echt dankbaar voor zijn zoenoffer. Ik getuig dat Hij leeft en dat Hij verlangt dat wij allemaal een rechtschapen leven leiden zodat wij bij onze hemelse Vader kunnen terugkeren. Als wij de Heiland volgen en meer op onze hemelse Vader gaan lijken, worden we zeker gezegend.

Waarom zijn rolmodellen belangrijk?

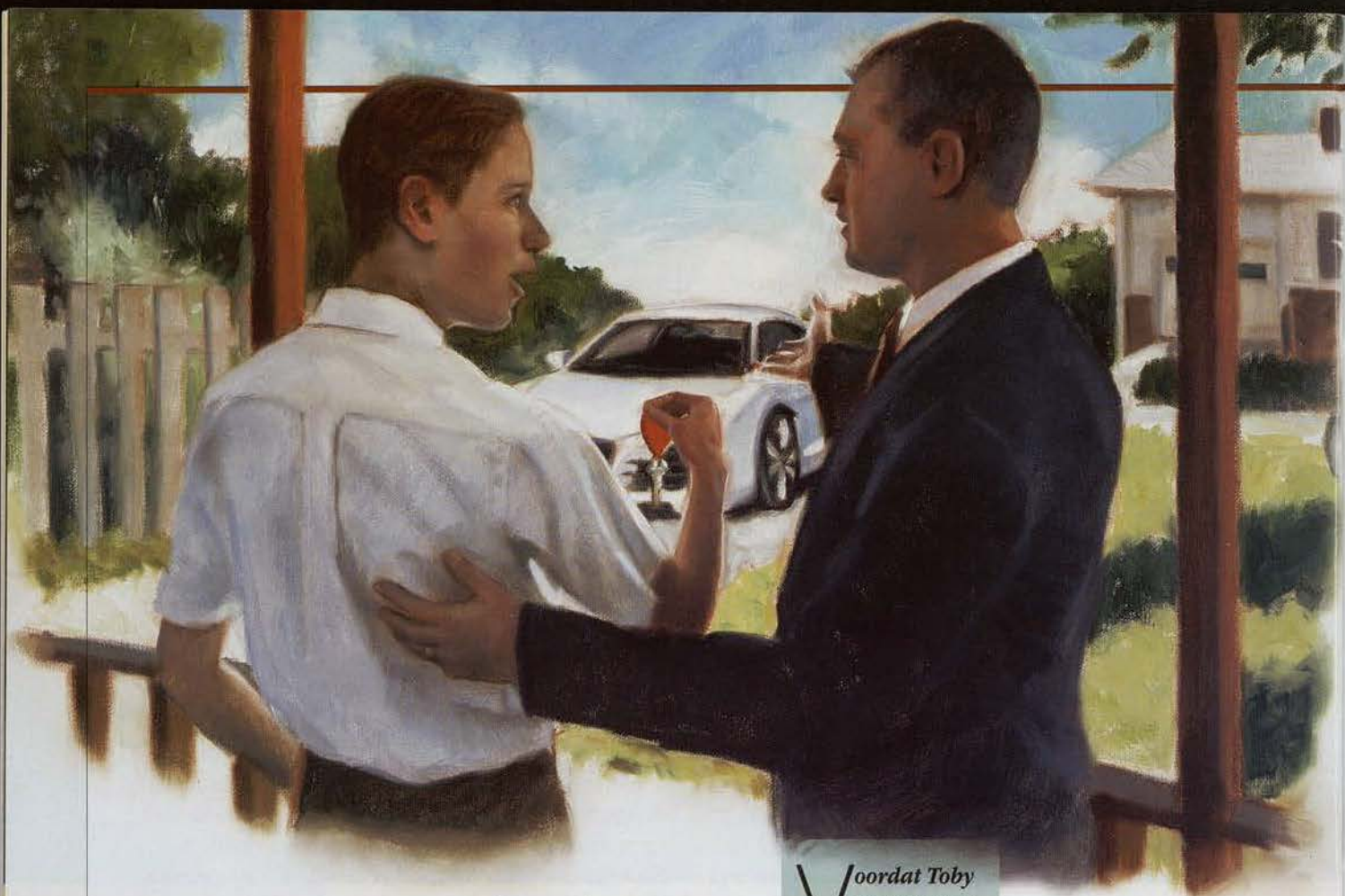
De navolging van goede rolmodellen vormt een sleutel voor je toekomst. Je zult uiteindelijk worden als degenen naar wie je opkijkt. Zoek dus goede helden en probeer te leven zoals zij dat zouden doen. Neem eeuwige zaken als maatstaf voor wie je als rolmodel kiest. Kijk naar de goede voorbeelden in je eigen familie, en volg die patronen na. Kijk naar anderen die hun leven baseren op de Heiland, en volg die patronen in je leven na.

Kies je rolmodellen verstandig omdat ze je helden zullen zijn. Je zult eraan denken wat zij zouden doen, en dat als patroon voor het nemen van verstandige beslissingen in je leven gebruiken. En voordat je het weet, kijken anderen naar jou op en baseren ze hun goede gedrag op een rolmodel dat ze bewonderen — op jou dus. ■

NEGEN LESSEN DIE IK VAN MIJN VADER HEB GELEERD

Mijn vader was een van mijn beste rolmodellen. Hier zijn enkele dingen die hij mij heeft geleerd:

1. *Geloof in God.* Geloof in Hem loodst je door de stormen in het leven.
2. *Wees eerlijk en oprecht.* Leid een rein leven, wees trouw aan je principes en zonder bedrog.
3. *Heb grote dromen.* Rechtvaardige dromen worden werkelijkheid.
4. *Vertel inspirerende verhalen.* Verhalen raken ons en brengen ons als mensen dichter bij elkaar.
5. *Lees veel.* Als kennis macht is, opent lezen de poort naar die macht.
6. *Werk hard.* Werken is een zegen.
7. *Geef graag.* Wat of hoeveel je geeft doet er weinig toe, maar geef vaak en geef wat je kunt.
8. *Geniet van onschuldige humor.* Lachen doet het hart leven en fleur het leven op.
9. *Laat je kalmeren door muziek.* Gepaste muziek spreekt tot je ziel.



Ik ga nooit meer op huisonderwijs!

Mijn vijftienjarige zoon was enthousiast over de vele dingen in zijn leven — vrienden, skateboards, auto's en zijn leerling-rijbewijs. Over zijn verantwoordelijkheden als huisonderwijzer was hij echter minder enthousiast.

Mijn hart kromp ineen toen hij op een zondag zei: 'Huisonderwijs is zonde van mijn tijd. Ik bel mijn adviseur op en ga hem zeggen dat hij maar iemand anders moet zoeken, want ik ga nooit meer op huisonderwijs!'

Maar voordat hij de naam van zijn priesterschapadviseur in de ledenlijst van de wijk had gevonden, ging de telefoon over. Het was zijn nieuwe huisonderwijscollega,

broeder Bernd Suckow, die met een zwaar Duits accent sprak.

'Toby, ik kom je zo ophalen', zei hij. 'Je bent mijn nieuwe collega, en ik dacht dat we wel een paar bezoeken konden afleggen. Is dat goed? OK. Dáág!'

Broeder Suckow was geïnspireerd om geen antwoord af te wachten, of hij ging ervan uit dat het zwijgen van de verraste Toby betekende dat hij had toegestemd. Hoe dan ook, tien minuten later werd er aangebeld. Voordat Toby iets kon zeggen, trok een opgewekte man hem naar buiten en stopte hem een setje autosleutels in handen.

'Jij bent Toby? Aangenaam', zei

Voordat Toby iets kon zeggen, trok een opgewekte man hem naar buiten en stopte hem een setje autosleutels in handen.

broeder Suckow. 'Toby, het is zondag, en als beroep maak ik proefritten met auto's. Het lijkt me niet echt goed als ik op zondag ook ga rijden, want het is mijn werk. Kun jij me uit de brand helpen? Heb je

een rijbewijs? Kun jij ons naar onze huisonderwijsafspraken rijden?'

Toby's mond viel open toen hij het nieuwste model sportwagen zag dat broeder Suckow die week aan het uitproberen was. Het drong snel tot hem door dat hij deze kans op een gedenkwaardige huisonderwijsopdracht bijna had gemist.

Toen ze enige tijd later terug waren, liet Toby broeder Suckow wat nieuwe computerapparatuur zien, en raakten ze al gauw aan de praat over

de nieuwste technologische trends. Bij het weggaan zei broeder Suckow: 'Het lijkt me goed om onze huisonderwijsbezoeken volgende week zondag af te maken. Wat vind jij, Toby?'

Toby's broertje flapte eruit: 'Mag ik ook op huisonderwijs?'

Toby aarzde nooit als het weer tijd werd om met broeder Suckow op huisonderwijs te gaan. Na enkele maanden ging het hem niet meer om de leuke auto's die hij mocht besturen. Nee, broeder Suckow was een goede vriend geworden, en Toby leerde hoe belangrijk het huisonderwijs was voor de gezinnen die ze bezochten.

Broeder Suckow en zijn vrouw, Barbara, zijn later naar Duitsland teruggekeerd. Onze ring mist hem vreselijk. Ik zal broeder Suckows goede voorbeeld van liefde voor een jongeman wiens getuigenis van huisonderwijs een zetje nodig had, nooit vergeten. ■

*Christine Francom
(Californië, VS)*

Een verloren schat

Onlangs zat ik te wachten tot de priesterschapsvergadering zou beginnen, toen mijn huisonderwijscollega zei dat mijn Schriften tussen de

gevonden voorwerpen van de wijk lagen.

Ik keek opzij en zag mijn nieuwe setje Schriften die ik van mijn vrouw had gekregen. En mijn oude set lag in een lectuurbak naast een stoel in de woonkamer. Ik snapte er niets van.

'Met welke letter begint je tweede naam?' vroeg mijn collega.

'R', zei ik.

'Dat komt overeen met die naam', antwoordde hij. 'Ik haal ze wel even op.'

Even later kwam hij terug met een Bijbel met op de voorkant mijn naam in vage gouden letters.

Ik herkende het meteen. Ik

kreeg de rits van de oude zwarte hoes bijna niet open. Het boek viel open op de eerste pagina, waarop woorden in mijn vaders handschrift stonden. Ik hield de Bijbel in handen die mijn ouders mij op mijn twaalfde verjaardag hadden gegeven.

Ik woonde nu in Arizona, en de laatste keer dat ik die Bijbel had gezien, woonde ik in Utah en bereidde ik me voor om op zending te gaan. Ik nam mijn seminariesetje Schriften mee naar het zendingsveld en liet deze Bijbel thuis achter. Het was bijna niet te geloven dat mijn oude Bijbel in dertig jaar

tijd vanuit het huis van mijn ouders in mijn wijkgebouw in Arizona was beland — die kans leek wel erg klein.

Mijn vader las graag in de Schriften, en had bij mij dan ook op jonge leeftijd al het verlangen aangekweekt om het woord van God te lezen en te bestuderen. Een deel van de woorden die hij in mijn Bijbel had geschreven, gaven mij raad voordat ik het Aäronisch priesterschap zou ontvangen:

'David, op deze, jouw twaalfde verjaardag, zul je het priesterschap van Aäron ontvangen als diaken en een dienstknecht van de Heer worden, net als je naamgenoot, David de koning. Naarmate hij zich verstandig gedroeg, werd hij door de Heer gezegend.

'En dat geldt ook voor jou. Als jij je verstandig gedraagt en de Heer volgt, zal Hij je zegenen en je roepen om Hem te dienen.

'Wees sterk en getrouw, zoon. Bestudeer dit boek ijverig, en het zal je kracht geven.'

Mijn vaders woorden betekenen nu nog net zoveel als dertig jaar geleden, misschien nog wel meer. Ik ben erg dankbaar dat ik mijn eerste Bijbel met de tijdloze raad van mijn vader opnieuw heb gekregen. ■

David R. Hanks (Arizona, VS)

Ik moest denken aan de Heiland

Eenige tijd geleden ging ik door een periode met veel persoonlijke problemen en voelde ik dat niemand mij kon helpen ze op te

lossen. Ik ging geregeld naar de kerk, maar kon maar geen oplossingen vinden voor mijn moeilijkheden. Ik werd vaak overmand door angst, vooral 's nachts. Ik voelde me erg ongelukkig.

Op een dag voelde ik me erg overstuurd en probeerde ik contact te krijgen met de zendingspresident. Op een andere dag had ik het sterke verlangen om de president van de kerk te spreken. Ik dacht dat een gesprek of briefwisseling met hem mij wel de antwoorden zou geven die ik zocht.

In deze onrustige gemoedstoestand woonde ik een bijeenkomst van de districtsconferentie in Cúcuta (Colombia) bij. Ik kreeg het antwoord dat ik zocht tijdens een toespraak van de zendingspresident. Toen president Canals vroeg: 'Wanneer hebt u voor het laatst een geestelijke ervaring gehad?' besepte ik dat ik zo bezig was geweest om iemand te vinden die mijn problemen kon oplossen, dat ik was vergeten de uitnodiging van de Heiland aan te nemen om tot Hem te naderen (zie LV 88:63). In mijn haastige zoektocht naar een oplossing vergat ik het Wezen dat de macht had om mij vrede te schenken in mijn ellende en mijn gebeden te beantwoorden.

Diezelfde dag nog ben ik begonnen tot mijn hemelse

Vader en zijn Zoon, Jezus Christus, te naderen. Ik vertelde mijn hemelse Vader over mijn angst en verdriet, en bad in de naam van Jezus Christus dat ik zijn Geest bij mij mocht hebben. Ik legde al mijn lasten aan de voeten van de Heiland, en dacht aan zijn belofte: 'Komt tot Mij, allen, die vermoeid en belast zijt, en Ik zal u rust geven' (Matteüs 11:28).

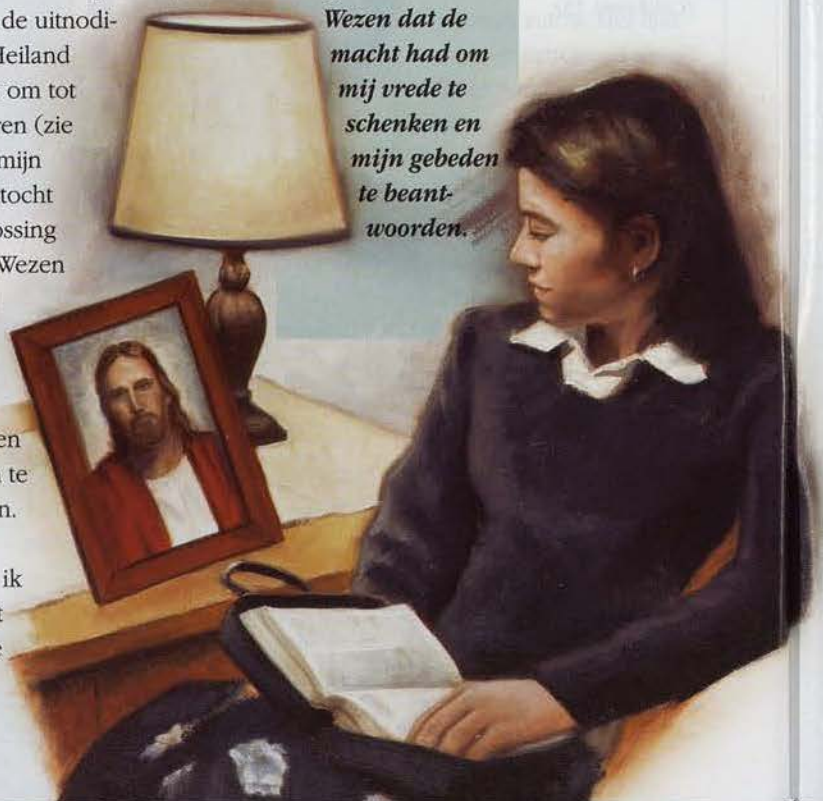
Ik heb nog steeds niet alle oplossingen voor mijn persoonlijke problemen, maar heb wel kracht en troost ontvangen. Ik heb ook de influisteringen gekregen dat als ik rechtschapen leef, de geboden onderhoud en de Heer met heel mijn hart dien, Hij mij zal helpen met de oplossing van mijn moeilijkheden of mij de kracht zal geven ze te dragen (zie Mosiah

24:14). ■

*Iris Adriana
Leal Castilla
(Colombia)*

**In mijn haastige
zoektocht naar
een oplossing
vergat ik het**

**Wezen dat de
macht had om
mij vrede te
schenken en
mijn gebeden
te beantwoorden.**



De sleutel van gebed

Ik was pas van zending naar huis teruggekeerd en gezegend met een baan waarmee ik geld voor mijn verdere studie kon verdienen. Ik wilde graag productief zijn zodat mijn werkgever nog meer teruggekeerde zendelingen zou aannemen.

Mijn werk was eenvoudig: Ik was manusje-van-alles bij een bouwtechnische onderneming. Daarvoor moest ik vaak simpele laboratoriumtests uitvoeren. Op een dag moest ik van diverse locaties wat monsters van bouwmaterialen ophalen en naar het lab brengen. Ik kreeg een oude vrachtwagen mee om mijn ronde te doen en weg was ik.

Ik kwam op de eerste locatie aan, begroette de voorman en vond al snel de beton- en staalmonsters. Ik legde ze in de vrachtwagen en wilde de sleutel uit mijn zak halen. Tot mijn ontzetting was mijn zak leeg. Ik controleerde het contactslot en doorzocht snel de cabine van de truck, maar kon de sleutel niet vinden. Ik bedacht dat ik hem misschien had laten vallen toen ik over het bouwterrein liep. Ik volgde mijn stappen terug en bad stilletjes, maar kon de sleutel nog steeds niet vinden.

Ik keek toen de vrachtwagen wat grondiger na, zelfs onder de vloermatten. Geen sleutel. Ik boog mijn hoofd en begon oprecht te bidden. Ik legde uit dat ik productief wilde zijn en me bij de eerste halte

van de dag geen oponthoud kon veroorloven. Ik begon opnieuw te zoeken en daarbij op een antwoord op mijn gebed te letten. Ik kreeg de ingeving om onder de vrachtwagen te kijken, en wierp een snelle, twijfelende blik op de grond bij mijn voeten. Ik zag nog steeds geen sleutel, dus besloot ik het bouwterrein nogmaals over te gaan.

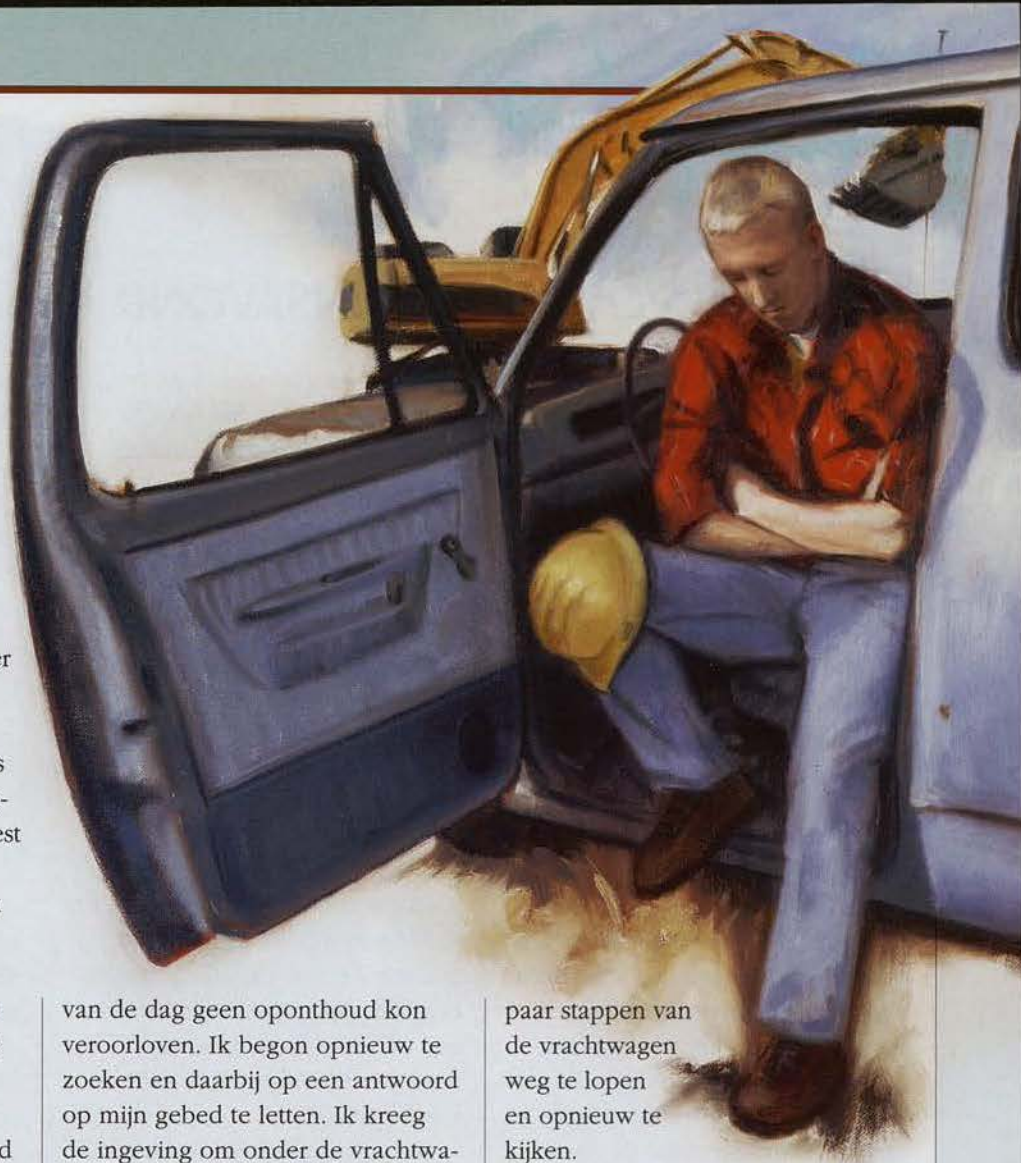
Toen ik bij de vrachtwagen terugkwam, stond ik nog steeds met lege handen. Hoe kon ik mijn nieuwe baas vertellen dat ik de sleutel was kwijtgeraakt en een dergelijke simpele opdracht niet had kunnen volbrengen? Ik bad nog een keer in mezelf, en kreeg opnieuw de ingeving om onder de vrachtwagen te kijken. Ik wierp nogmaals een snelle blik in die richting, en wilde de ingeving aan de kant schuiven toen ik de sleutel niet zag. Maar toen besloot ik om een

paar stappen van de vrachtwagen weg te lopen en opnieuw te kijken.

Ineens zag ik hem! Hij moet bij het uitstappen op de grond zijn gevallen. De sleutel was net te ver onder de vrachtwagen beland, zodat ik hem de eerste twee keer niet had gezien. Ik schaamde me dat ik niet beter naar de influisteringen van de Geest had geluisterd.

Die dag en vele keren daarna heb ik me verwonderd over hoe geduldig en liefdevol de Geest met mij werkt. Als we zingen: 'Ik weet dat Jezus leeft, Hij houdt heel veel van mij' ('Ik weet dat Jezus leeft', *lofzang* 196), ontroert mij dat. Ik sta versteld dat onze Vader zoveel van ons houdt dat Hij zelfs onze eenvoudigste gebeden beantwoordt. ■

Mark Burns (Utah, VS)



IDEEËN VOOR DE GEZINSAVOND

U kunt deze ideeën in de kerk en thuis gebruiken. Pas ze eventueel aan het gezin of de klas aan.

'De hemelen openen', p. 16: Vat het artikel voor uw gezin samen en bedenk samen hoe uw gezin een heilige omgeving bij u thuis kan creëren. Als de gezinsleden dat nog niet doen, kunt u de raad van ouderling Yoshihiko Kikuchi in de praktijk uitproberen. Maak elkaar de week erna deelgenoot van ieders ervaringen.

'Oppassen voor gevaren van binnenuit', p. 22: Geef elk gezinslid een paar blokken. Vertel het verhaal en laat iedereen een muur bouwen om het gezin mee te beschermen. Bespreek wat u kunt doen om de geestelijke muren van uw gezin te versterken. Maak een lijst van de 'geheime ingangen' die de vijand zou kunnen gebruiken, en bespreek hoe u indringers kunt weren. Lees de paragraaf 'Ons gezin versterken' en besluit met het lezen van het

citaat van ouderling L. Tom Perry.

'Te heilig?' p. 37: Vat het artikel samen en laat de gezinsleden aangeven hoe Ian veranderde toen hij zijn geloof sterk wilde houden. Verwijs naar de één-na-laatste alinea en bespreek hoe de raad van Ian uw gezin kan helpen om 'te worden zoals Jezus dat wil — heilig.'

'Voorbeelden om na te volgen', p. 38: Vraag de gezinsleden eerst hun rolmodellen op te schrijven of een tekening te maken van een persoon die ze bewonderen. Vertel over de rolmodellen in het artikel van ouderling Benson E. Misalucha en bespreek de eigenschappen waarover een rolmodel dient te beschikken. Eindig met de laatste drie alinea's van het artikel.

'De ontsnapping van Jason', p. K10: Houd een brandoefening met uw gezin en kom op een afgesproken plek buiten bij elkaar (u kunt een fluit of bel gebruiken om

ONDERWERPEN IN DEZE UITGAVE

Het eerste paginanummer van het artikel wordt aangegeven.

K = De Kindervriend	Moederschap, 26
Beproevingen, 26, 46	Onderwijs, 2
Bescherming 2, 22, K10	Openbaring, 2, 16, 34
Depressiviteit, 26	Ouders, 2, 38, 45
Dienen 37, K2, K4, K6	Patriarchale zegen, 34
Gebod, 2, 10, 16, 34, 46, 47	Prioriteiten, 14, 25, 38
Geestelijke kracht, 16	Sabbat, 37
Gehoorzaamheid, 22	Schriftstudie, 16, 25, 45
Geluk, K2	Smith, Joseph, K6
Gezin, 2, 14, 22, 26, 37, 38, K8, K13, K14	Steun, 26, 32
Gezondheid, 26	Tempel, K8, K13
Heilige Geest, 22	Verordeningen, K8
Huisbezoek, 25	Voorbeeld, 14, 38, 44, K2, K14
Huisonderwijs, 44	Vorbereiding, 2, 34, K10
Jeugdwerk, K8	Vriendschap, 32, 37
Jezus Christus, 16, 46	Werken, K6
Leiders 8, 38, 46	Woord van wijsheid, 32, 37
Leren, 14, 25	Zendingswerk, 38, K2
Media, 21	

het alarm te simuleren). Vraag na afloop hoe de gezinsleden door het alarm wisten wanneer ze moesten ontsnappen. Lees het verhaal voor. Vraag welke soorten geestelijke gevaren de gezinsleden zouden kunnen treffen. Lees het citaat van president Henry B. Eyring en bespreek hoe wij door geloof en de Heilige Geest kunnen weten wanneer wij moeten ontsnappen.

Een les in vergeving

Toen we het als gezin over onze favoriete gezinsavond hadden, had die niets te maken met een leuke activiteit, een goede aanschouwelijke les of speciale lekkernij. Het was een simpele maar ingrijpende ervaring die begon met een les die onze zeventienjarige zoon, Fielding, had voorbereid over vergeving.

Na de les mocht iedereen iets vertellen over wat we in elkaar waardeerden en wat we aan onszelf konden verbeteren. We spraken over de uitdagingen waar we allemaal mee te maken hadden en hielpen elkaar bij het vinden van oplossingen. We huilden samen, vroegen elkaar om vergeving en

stelden doelen om het beter te doen.

De gezinsavond is een van onze favoriete tijdsbestedingen geworden. We verheugen ons erin dat onze kinderen zich vrijer en met zelfvertrouwen kunnen uitdrukken.

Carlos en Jenny Comena Guzmán
(Ica, Peru)

UW FAVORIETE GEZINSAVOND

Stuur een beschrijving van uw favoriete gezinsavond naar liahona@ldschurch.org.



Elspeth Young, Bewaar het woord als een schat

'Bewaar daarom deze woorden in uw hart als een schat. Wees getrouw en nauwgezet in het onderhouden van de geboden Gods en Ik zal u in de armen van mijn liefde sluiten' (LV 6:20).

01 APR 2013 DUTCH

N

#LDU1677259598/0#
KAREN BOZENDAH
15 E NORTH TEMPLE RM 249
SALT LAKE CITY UT 84150 1600



'Er schuilt grote kracht in regelmatige momenten van stille, gebedvolle bezinning. In de stilte van onze overpeinzingen kunnen wij de Vader en de Zoon leren kennen', schrijft ouderling Yoshihiko Kikuchi.

Zie 'De hemelen openen', pagina 16.



Account #: 1677259598

17



DUTCH