Hinweis: Dieses Dokument ist eine automatische Transkription. Sie könnten ein paar kleine Fehler finden.

"Der Fels unseres Erlösers"

Notizen und Abschriften der Sendung

Podcast Allgemeine Beschreibung:

Folge ihm: Ein *Komm, folge mir* Podcast mit Hank Smith & John Bytheway

Haben Sie manchmal das Gefühl, dass die Vorbereitung auf Ihre wöchentliche *"Komm, folge mir"*-Lektion zu kurz kommt? Begleiten Sie die Moderatoren Hank Smith und John Bytheway, die Experten befragen, damit Ihr Studium des Kurses *"Komm, folge mir"* der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage nicht nur Spaß macht, sondern auch originell und lehrreich ist. Wenn Sie auf der Suche nach Hilfsmitteln sind, die Ihr Studium frisch, treu und unterhaltsam machen - ganz gleich, wie alt Sie sind -, dann besuchen Sie uns jeden Mittwoch.

Podcast-Episodenbeschreibungen

Teil 1:

Wie können wir stark bleiben, wenn es um uns herum bergab geht? Dr. Jenae Nelson untersucht den Stolz- und den Tugendzyklus und zeigt auf, wie wir uns selbst stärken und auf den Herrn vertrauen können, um seine Kinder zu retten.

Teil 2:

Dr. Jenae Nelson fährt fort, Helaman 1-6 zu besprechen, einschließlich der Kraft der Dankbarkeit für das Evangelium Jesu Christi und der großen "Wiederkunft" der Kirche.

Hinweis: Dieses Dokument ist eine automatische Transkription. Sie könnten ein paar kleine Fehler finden.

Zeitcodes:

Teil 1

- 00:00 Teil I - Dr. Jenae Nelson
- 02:00 Lebenslauf von Dr. Nelson
- 03:27 *Komm, folge mir* Handbuch: Symbolik und Intrigen
- 07:09 Der Beginn der bösen Banden und ägyptische Namen
- 08:54 Hebräische Struktur in Helaman
- 10:26 Zusammenfassung von Helaman 1-6
- 16:42 Wie man Stolzzyklen erkennt und positive Zyklen fördert
- 19:57 Tugend und Laster
- 24:04 Schützt die private Zeit mit dem Herrn
- 29:50 Die Heilige Schrift lehrt uns Wahrheiten, die die Wissenschaft bestätigt
- 35:16 Hilfe bei der Vermittlung externer Motivationen
- 40:57 Vertraue dem Herrn, dass er seinen Kindern geistige Erfahrungen schenkt
- 47:25 Der Versuch, die Ergebnisse zu kontrollieren, schadet
- 59:32 Helaman 5:35 - Engel werden zu denen kommen, die wir lieben
- 1:03:20 Aminadab und Meinungsverschiedenheiten
- 1:06:54 - Ende von Teil 1 - Dr. Jenae Nelson

Teil 2

- 00:00 Teil II - Dr. Jenae Nelson
- 00:38 Helaman 3:27 - Die Dinge sind erstaunlich und dunkel
- 06:24 Helaman 3:35 - Dankbarkeit, Stolz und Religiosität
- 11:25 Wie kann man die Dankbarkeit steigern?
- 15:15 Dankbarkeit stärkt Beziehungen
- 19:41 Helaman 3:35 - Herzensgüte und Wohlstand in der Kirche
- 21:43 Helaman 4:12 - Laster und Unterdrückung der Armen
- 24:00 Helaman 5 - Jesus als unser Fundament
- 26:47 Helaman 5:12 - Dr. Nelson erzählt eine Geschichte über einen Sturm und ein Zelt
- 29:38 Die große Wiederkehr
- 33:37 Ein Mitglied geht, aber seine Nachkommen werden gefunden
- 36:58 Helaman 6:32-36 - Wo sind unsere Herzen?
- 40:14 Intrinsische Motivationen und der Erlöser als Zuflucht
- 45:10 Wie können wir hoffnungsvoll und fröhlich bleiben?
- 51:26 Ende von Teil II - Dr. Jenae Nelson

Referenzen:

"26. August bis 1. September: 'Der Fels unseres Erlösers'. Helaman 1-6." Komm, folge mir nach Handbuch - 26. August bis 1. September: "Der Fels unseres Erlösers", 1. Januar 2023. https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/come-follow-me-for-home-and-church-book-of-mormon-2024/35?lang=eng.

Kind, Katie. "Die Kultivierung von Gefühlen der Gottverpflichtung führt zu größerem Glück und dem Wunsch, anderen zu dienen". BYU University Communications: News, March 15, 2022. https://news.byu.edu/intellect/cultivating-feelings-of-indebtedness-to-god-results-in-increased-happiness-desire-to-serve-others.

Dew, Sheri. "Prophets Can See Around Corners." BYUH Speeches, 13. August 2024. https://speeches.byuh.edu/prophets-can-see-around-corners.

Elder Boyd K. Packer vom Rat der Zwölf. "Spiritual Crocodiles" (Geistige Krokodile). Generalkonferenz April 1976 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 2. April 1976. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/1976/04/spiritual-crocodiles?lang=eng.

Elder David A. Bednar aus dem Kollegium der Zwölf Apostel. "A Reservoir of Living Water". BYU Speeches, 16. Mai 2022. https://speeches.byu.edu/talks/david-a-bednar/reservoir-living-water/.

Elder David A. Bednar aus dem Kollegium der Zwölf Apostel. "Seid still und wisst, dass ich Gott bin". Generalkonferenz April 2024 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 6. April 2024. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2024/04/21bednar?lang=eng.

Elder Jeffrey R. Holland aus dem Kollegium der Zwölf Apostel. "Kein Platz mehr für den Feind meiner Seele". Generalkonferenz April 2010 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 2. April 2010. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2010/04/place-no-more-for-the-enemy-of-my-soul?lang=eng.

Elder Quentin L. Cook aus dem Kollegium der Zwölf Apostel. "Ich hoffe, Sie wissen, dass wir eine schwere Zeit hatten". Generalkonferenz Oktober 2008 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 2. Oktober 2008. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2008/10/hope-ya-know-we-had-a-hard-time?lang=eng.

Elder Sean Douglas von den Siebzigern, "Unseren geistigen Jurrikanen begegnen, indem wir an Christus glauben". Generalkonferenz Oktober 2021 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 3. Oktober 2021. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2021/10/55douglas?lang=eng.

Elder Steven R. Bangerter von den Siebzigern. "Foreordained to Serve" (Vorbestimmt zu dienen). Generalkonferenz April 2024 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 6. April 2024. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2024/04/32bangerter?lang=eng.

Hansen, Gerald. "The Terrifying Book of Helaman". Zugriff am 19. August 2024. https://rsc.byu.edu/book-mormon-helaman-through-3-nephi-8-according-thy-word/terrifying-book-helaman.

Hardy, Sam A., Jenae M. Nelson, Joseph P. Moore, und Pamela Ebstyne King. "Prozesse religiöser und spiritueller Beeinflussung in der Adoleszenz: A Systematic Review of 30 Years of Research". Wiley: Online Library: Journal of Research on Adolescence, 2019. https://doi.org/10.1111/jora.12486.

Hilton, John. "Klasse 35 - Helaman 1-6: Building on the Rock." John Hilton III, 10. Juni 2024. https://johnhiltoniii.com/thebookofmormon/class-35-helaman-1-6-building-on-the-rock/.

Matthews, Robert J. "Patterns of Apostasy in the Book of Helaman". Patterns of Apostasy in the Book of Helaman (Muster des Glaubensabfalls im Buch Helaman). Zugriff am 19. August 2024. https://rsc.byu.edu/book-mormon-helaman-through-3-nephi-8-according-thy-word/patterns-apostasy-book-helaman.

Morris, Brittanie. "Barbara Barrington Jones' Five Steps to a Happy Life". BYU Daily Universe, 20. August 2007. https://universe.byu.edu/2007/08/20/barbara-barrington-jones-five-steps-to-a-happy-life/.

Nelson, Jenae. "Jenae Nelson: Transzendente Ziele im Sport". Das Projekt "Starke Jugend": BYU. Zugriff am 19. August 2024. https://www.youtube.com/watch?v=y1uAeOwUv4s.

Pavlo, Walter. "Character Is What You Do When Everyone Is Watching." Forbes, Oktober 23, 2012. https://www.forbes.com/sites/walterpavlo/2012/10/23/character-is-what-you-do-when-everyone-is-watching/.

Präsident Ezra Taft Benson Präsident der Kirche. "Hütet euch vor Stolz." Generalkonferenz April 1989 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 2. April 1989. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/1989/04/beware-of-pride?lang=eng.

Präsident Gordon B. Hinckley. "Four Cornerstones of Faith" (Vier Eckpfeiler des Glaubens). Botschaft der Ersten Präsidentschaft - Februar 2004 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 1. Februar 2004. https://www.churchofjesuschrist.org/study/liahona/2004/02/four-cornerstones-of-faith?lang=eng.

Präsident Henry B. Eyring, Zweiter Ratgeber in der Ersten Präsidentschaft. "O Remember, Remember." Generalkonferenz Oktober 2007 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 2. Oktober 2007. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2007/10/o-remember-remember?lang=eng.

Präsident Russell M. Nelson Präsident der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage. "Hört ihn." Generalkonferenz April 2020 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 5. April 2020. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2020/04/45nelson?lang=eng.

Präsident Russell M. Nelson Präsident der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage. "Die Kraft des geistigen Impulses". Generalkonferenz April 2022 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 3. April 2022. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2022/04/47nelson?lang=eng.

Präsident Russell M. Nelson Präsident der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage. "Der Tempel und Ihr geistiges Fundament". Generalkonferenz Oktober 2021 - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, 3. Oktober 2021. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2021/10/47nelson?lang=eng.

"Lehren der Präsidenten der Kirche: Ezra Taft Benson." Homepage - Die Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, S. 140, 1. Januar 2014. https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/teachings-of-presidents-of-the-church-ezra-taft-benson?lang=eng.

"Die Lehren der Präsidenten: Hüte dich vor Stolz." Belehrungen der Präsidenten der Kirche: Hüte dich vor Stolz: Kapitel 18, 1. Januar 2014. https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/teachings-of-presidents-of-the-church-ezra-taft-benson/chapter-18-beware-of-pride?lang=eng.

Weaver, Sarah Jane. "Episode 89: Ein Forscher der Heiligen der Letzten Tage erklärt, wie das Kultivieren von Dankbarkeit und Gott gegenüber das allgemeine Glück steigert." Church News, 21. Juni 2022. https://www.thechurchnews.com/2022/6/21/23218684/latter-day-saint-researcher-cultivating-thankfulness-indebtedness-to-god-episode-89/.

Śledź, Roman. "Seite A: Nefi I Lehi W Więzieniu (Nephi und Lehi im Gefängnis)". Book of Mormon Art Catalog. Accessed August 19, 2024. https://bookofmormonartcatalog.org/catalog/side-a-nefi-i-lehi-w-wiezieniu-nephi-and-lehi-in-prison/.

Biografische Informationen:

Dr. Jenae Nelson erwarb ihren Bachelor und ihren Doktortitel in Entwicklungspsychologie an der Brigham Young University. Derzeit ist sie Assistenzprofessorin an der Fakultät für Psychologie der BYU Provo. Dr. Nelson forschte als Postdoktorandin an der Baylor University, wo sie sich mit der Charakterentwicklung im Jugend- und jungen Erwachsenenalter befasste, und an der Harvard Medical School, wo sie die Neurowissenschaften der Spiritualität untersuchte. Ihre Expertise liegt in der Kultivierung von Charaktereigenschaften wie Dankbarkeit und Mitgefühl sowie in den positiven Auswirkungen von Religion und Spiritualität auf die Entwicklung von Jugendlichen. Ihre Arbeit wurde in Publikationen wie Church News, Music & the Spoken Word, Christianity Today, The Associated Press, Meridian Magazine und BYU Magazine veröffentlicht. Dr. Nelson und ihr Mann haben vier Kinder im Alter von 21, 19, 17 und 15 Jahren.

Hinweis zur fairen Nutzung:

Der *Follow Him Podcast mit Hank Smith und John Bytheway* kann urheberrechtlich geschütztes Material verwenden, dessen Verwendung nicht immer ausdrücklich vom Urheberrechtsinhaber genehmigt wurde. Dies stellt eine "faire Nutzung" dar und jedes solche urheberrechtlich geschützte Material, wie in Abschnitt 107 des US-Urheberrechtsgesetzes vorgesehen. In Übereinstimmung mit Titel 17 U.S.C. Abschnitt 107 wird das Material dieses Podcasts öffentlich und ohne Gewinn für die Öffentlichkeit oder das Internet für Kommentare und nicht gewinnorientierte Bildungs- und Informationszwecke angeboten. Gemäß Abschnitt 107 des Copyright Act von 1976 ist eine faire Nutzung" für Zwecke wie Kritik, Kommentare, Nachrichtenberichterstattung, Lehre, Wissenschaft und Forschung zulässig. In solchen Fällen ist eine faire Nutzung zulässig.

Es werden keine Urheberrechte beansprucht.

Die Inhalte werden zu Studien-, Forschungs- und Bildungszwecken ausgestrahlt.
Der Fernsehveranstalter erzielt keinen Gewinn aus den gesendeten Inhalten. Dies fällt unter die "Fair Use"-Richtlinien: www.copyright.gov/fls/fl102.html.

Anmerkung:

Der *Follow Him Podcast mit Hank Smith und John Bytheway* ist weder mit der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage noch mit der Brigham Young University verbunden. Die in den einzelnen Episoden geäußerten Meinungen geben ausschließlich die Ansichten des Gastes und der Podcaster wieder. Auch wenn die vorgestellten Ideen von den traditionellen Auffassungen oder Lehren abweichen können, stellen sie keine Kritik an den Führern, der Politik oder den Praktiken der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage dar.

Hinweis: Dieses Dokument ist eine automatische Transkription. Sie könnten ein paar kleine Fehler finden.

Hank Smith:	00:00:04	Hallo zusammen. Willkommen zu einer weiteren Folge von followHIM. Mein Name ist Hank Smith. Ich erinnere mich immer an meinen Co-Moderator, John Bytheway. John, bei uns ist Dr. Jenae Nelson. Wir beginnen ein neues Buch. Wir haben das lange Buch Alma durchgelesen. Es ist schon eine Weile her, dass wir ein neues Buch hatten. Erzählen Sie mir etwas über das Buch Helaman. Was fällt Ihnen dazu ein?
John Bytheway:	00:00:29	Stolzzyklus, weil ich die Seminarfilme und die Lehrpläne gesehen habe. Nach Alma geht es im Schnelldurchlauf weiter. Präsident Ezra Taft Benson hat gesagt: "Wenn ihr wissen wollt, wie es vor dem zweiten Kommen des Erlösers aussieht, dann seht euch im Buch Mormon an, wie es vor seinem ersten Kommen war." Oh, hier kommt es im Buch Helaman zu einer Menge auf den Kopf gestellter Stolz-Zyklen.
Hank Smith:	00:00:54	Wir haben diese beiden Brüder, Nephi und Lehi, die herausragende Charaktere sind und über die vielleicht nicht so viel berichtet wird wie über die frühen Charaktere im Buch Mormon. Das wollen wir heute ändern. Jenae, bevor wir Sie vorstellen, sagen Sie uns, was wir heute tun werden.
Dr. Jenae Nelson:	00:01:10	Wir werden im Buch Helaman viele Kontraste sehen, wenn wir Helaman als einen Überlebensführer betrachten, ein Überleben in der Endzeit. Wir werden lernen, wie wir unser Leben und unser Zeugnis auf Jesus Christus aufbauen können. Wie das aussehen kann. Wir sprechen über Abweichler und Menschen, die weggegangen sind, und darüber, wie man die einen verfolgt und die anderen rettet. Sprechen Sie über den Charakter und einige andere Zyklen. Es gibt den Stolz-Zyklus und einige andere Zyklen. Es gibt einen Tugendzyklus und einen Teufelskreis. Wir werden mit dem Herzen beginnen und enden. Der Zustand unseres Herzens und wie ein bekehrtes Herz aussieht.
Hank Smith:	00:01:49	Die Dunkelheit dieser wenigen Kapitel ist wirklich dunkel, aber die Wunder sind unglaublich, also der Kontrast, ich kann das absolut sehen. John, Dr. Nelson war noch nie bei uns, deshalb

		sind wir sehr gesegnet und haben das Glück, sie heute unseren wunderbaren Zuhörern vorzustellen.
John Bytheway:	00:02:10	Dr. Jenae Nelson erwarb ihren Bachelor und ihren Doktortitel in Entwicklungspsychologie an der BYU. Derzeit ist sie Assistenzprofessorin an der Fakultät für Psychologie. Nach ihrer Promotion forschte sie an der Baylor University, wo sie sich mit der Charakterentwicklung in der Jugend und im jungen Erwachsenenalter beschäftigte. Und an der Harvard Medical School, wo sie studierte. Halten Sie sich an Ihrem Stuhl fest, Hank, die Neurowissenschaft der Spiritualität.
Hank Smith:	00:02:38	Wow.
John Bytheway:	00:02:40	Darüber müssen wir reden. Ihr Fachwissen liegt in der Kultivierung von Charaktereigenschaften wie Dankbarkeit und Mitgefühl sowie in den positiven Auswirkungen von Religion und Spiritualität auf die Entwicklung von Jugendlichen. Über sie wurde in den Church News, in Music and the Spoken Word, in Christianity Today, in der Associated Press, im Meridian Magazine und im BYU Magazine berichtet, worüber wir bereits gesprochen haben. Sie hat auch mit Bruce und Marie Hafen am Faith is Not Blind Podcast teilgenommen. Dr. Nelson und ihr Mann haben vier Kinder. Wir freuen uns sehr, dass Sie bei uns sind. Ich freue mich besonders darauf, etwas über Dankbarkeit zu hören, denn ich habe das Gefühl, dass sie ein Allheilmittel für so viele Dinge ist.
Hank Smith:	00:03:21	Jenae, herzlich willkommen. Danke, dass Sie hier sind.
Dr. Jenae Nelson:	00:03:24	Ich danke Ihnen. Ich bin so froh, hier zu sein.
Hank Smith:	00:03:27	Ich werde einen Blick in das Handbuch "Come, Follow Me" werfen. Und dann, Jenae, freue ich mich darauf, die Zügel an dich zu übergeben. Das Handbuch beginnt folgendermaßen. Es heißt: "Das Buch Helaman berichtet über Triumphe und Tragödien", Sie haben diesen Kontrast bereits erwähnt, "unter den Nephiten und Lamaniten." Es beginnt mit einer ernsten Schwierigkeit unter dem Volk der Nephiten, und die Schwierigkeiten ziehen sich durch den ganzen Bericht. Wir lesen hier von politischen Intrigen, Räuberbanden, der Ablehnung der Propheten und von Stolz und Unglauben im ganzen Land, aber wir finden auch Beispiele wie Nephi und Lehi, den eher bescheidenen Teil des Volkes, die nicht nur überlebten, sondern geistig aufblühten. Wie haben sie das geschafft? Wie sind sie stark geblieben, während ihre Zivilisation zu verfallen begann und auseinanderfiel? Auf dieselbe Weise, wie jeder von uns in dem mächtigen Sturm, den der Teufel auf uns loslässt, stark

		bleibt, indem wir unser Leben auf den Felsen unseres Erlösers bauen, der Christus, der Sohn Gottes, ist, ein Fundament, auf das Menschen, die darauf bauen, nicht fallen können. Hier gibt es eine große Parallele zu unserer Zeit.
Dr. Jenae Nelson:	00:04:31	Ich denke, wir sollten ganz am Anfang beginnen, und ich weiß nicht, ob Mormon das mit Absicht gemacht hat, aber ich finde es wirklich schön, wie es das ganze Kapitel einleitet. Es gibt ein Ereignis, das meiner Meinung nach ziemlich symbolisch ist. In Vers 26, Helaman 1, kommen die Lamaniten in die Mitte des Landes: "Moronihah hatte angenommen, dass die Lamaniten nicht in die Mitte des Landes kommen würden, sondern dass sie das Rondell der Stadt und die Grenzen angreifen würden, wie sie es bisher getan haben." Dies ist eine großartige Analogie.
	00:05:01	Wie ich schon sagte, ob absichtlich oder nicht, ich weiß nicht, ob Mormon das absichtlich getan hat, wir lassen unser Zentrum, unser Herz, unser Zuhause oft unbewacht. Und wir konzentrieren uns oft auf die Grenzen, auf die Menschen da draußen, die Probleme haben, auf das Böse in der Welt, und wir denken nicht darüber nach, wie wir unser Zentrum schützen können. Wie können wir unser Zentrum schützen? Wie können wir eine Festung um unser Herz bauen? Ich fange gerne damit an, vor allem weil wir mit Kapitel 6, Helaman 6, enden werden. Wir werden mit dem Herzen enden, mit dem, was in gefährlichen Zeiten im Herzen der Gläubigen vor sich gehen kann.
Hank Smith:	00:05:39	Der Gegner hat seine Strategie geändert. Du denkst, oh, es wird das Gleiche sein wie immer, wie immer. Das ist es, was sie tun, und dann ist das noch nie passiert.
Dr. Jenae Nelson:	00:05:49	Das ist ganz neu. Wir sehen heute, dass er unsere Häuser angreift und in unsere Herzen eindringt. Das ist ein Problem, wenn Satan in unsere Herzen und Häuser eindringt.
John Bytheway:	00:05:58	Der Arzt wird sagen: "Sie müssen Ihre Körpermitte stärken", während Sie sich eher Gedanken darüber machen, wie meine Haare aussehen? Wie sind meine Schuhe? Er sagt: "Nein, die Mitte. Hier fängt alles an."
Dr. Jenae Nelson:	00:06:08	Genau, und wir sehen, dass der Streit und die geheimen Banden, die sich bilden, mit Familienstreitigkeiten beginnen. Es sind diese drei Brüder, die um den Sitz des obersten Richters kämpfen. Das ist sehr interessant. Der Kampf beginnt in einer Familie. Es ist, als würde Mormon versuchen, unsere Aufmerksamkeit unmittelbar auf das Zentrum unseres Lebens zu lenken.

Hank Smith:	00:06:31	Ich habe oft gedacht, Helaman 1, wir bekämpfen uns so sehr untereinander, dass niemand zuschaut, niemand darauf achtet, was der Feind tut, weil wir so viele innere Konflikte haben. Alle haben den eigentlichen Feind aus den Augen verloren.
Dr. Jenae Nelson:	00:06:46	Und es ist auch sehr hoffnungsvoll, in gefährlichen Zeiten daran zu denken, dass die Arbeit, die ich in meinem eigenen Herzen und in meinem eigenen Haus tue, etwas bewirken kann, und sie bewirkt etwas.
Hank Smith:	00:06:58	Und das ist etwas, das ich beeinflussen kann. Es ist schwierig für mich, so weit weg von mir die politischen Haltungen der Welt zu beeinflussen, im Gegensatz zu dem, was hier richtig ist.
Dr. Jenae Nelson:	00:07:09	Genau, und es ist interessant, dass Mormon hier ganz am Anfang erklärt, wie diese Bands entstehen, diese geheimen Kombinationen entstehen. Sie werden hier vorgestellt, Kishkumen und Gadianton, und wie diese winzig kleinen Samen gesät werden, von denen wir später lesen, dass sie zur Zerstörung des ganzen Volkes führen. Wir wollen uns das vor Augen halten, während wir Helaman durchgehen. Was sind diese winzig kleinen, schrittweisen Veränderungen, die mit der Zeit zu wirklich großen Veränderungen führen können?
John Bytheway:	00:07:46	Ich muss diesen Auszug von Hugh Nibley lesen, weil er so interessant ist. Er sagte, dass es drei Söhne von Pahoran gab, die Pahoran, Paanchi hießen, weil die Betonung dort liegt. Mein Vater sagte immer: "Lege die Betonung nicht auf die falsche Silbe. Pahoran, Paanchi und Pacumeni. Paanchi ist ein unbestreitbarer ägyptischer Name im Buch Mormon. Niemand kann das je bestreiten. Entweder, dass Joseph Smith ihn erfunden haben könnte oder dass er nicht zu 100 % rein ägyptisch sein kann, denn Paanchi und die Schreibweise der Ägyptologen, P-I-A-N-K-H-I, war eine sehr wichtige Person in der ägyptischen Geschichte kurz vor Lehis Zeit, aber dieser Name wurde erst Ende des 19. Jahrhunderts entdeckt. Hugh Nibley sagt: "Es gibt im Buch Mormon innerhalb einer wichtigen Familie eine Gruppe von Namen, die mit P-A beginnen." Es ist schwer, Namen wie Pahoran und Paanchi als reine Zufälle zu erklären. Ich bin mir sicher, dass nicht viele Leute da draußen sagen: "Das muss ich für mein Babybuch aufheben. Paanchi, das hört sich gut an."
Dr. Jenae Nelson:	00:08:54	Ich muss euch sagen, als ich mich auf diesen Podcast vorbereitete, wandte ich mich an einen Freund von mir aus Baylor, der Theologe ist, aber nicht zu unserem Glauben gehört, und ich fragte ihn, ob er bereit wäre, Helaman eins bis sechs mit mir zu lesen und mir dann seinen Einblick zu geben. Und er tat

		es. Er ist ein so guter Freund. Es hat so viel Spaß gemacht, sein Feedback zu hören. Er hätte dies an jeder beliebigen Stelle des Buches Mormon tun können, aber er meinte: "Das ist die hebräische Struktur. Man sieht das im Alten Testament. Das sieht man auch im Neuen Testament." Und ich sagte: "Es ist fast so, als ob dies von Gott geschrieben wurde. Vielleicht ist es einfach das Wort Gottes." Es ist wirklich toll, wenn man diese kleinen glaubensfördernden Dinge im Buch Mormon findet, und sie sind überall, denn es ist unmöglich, dass Joseph Smith dieses Buch geschrieben haben könnte, das Beispiel, das du genannt hast, John, ist nur eines von vielen. Es gibt so viele solche Beispiele, die bezeugen, dass dieses Buch einen göttlichen Ursprung hat.
John Bytheway:	00:09:50	Hat einige alte Wurzeln. Er muss in die öffentliche Bibliothek von Harmony, Pennsylvania, gegangen sein und etwas herausgefunden haben.
Dr. Jenae Nelson:	00:09:57	Richtig?
Hank Smith:	00:09:58	John, Jenae, ich glaube nicht, dass die Menschen mit dieser Geschichte im Buch Helaman so vertraut sind wie wir mit der Geschichte aus dem Ersten Nephi. Es gibt viele neue Namen, eine Geschichte, die verwirrend sein kann, wenn es darum geht, wer ein Abweichler ist, wer ein oberster Richter, wer ein Gadianton-Räuber ist. John, du bist ein Experte in Sachen Storyline. Jenae, du wirst hier die Expertin für menschliche Entwicklung sein. Ich werde die Rolle des Schülers spielen und mitlernen.
John Bytheway:	00:10:26	Ich wollte schon immer eine Klasse haben, in der meine Studenten einen Doktortitel haben. Zunächst einmal liebe ich es, das zu sagen, weil ich gerne denken würde, dass Elder Uchtdorf mein lieber Freund ist. Lassen Sie uns die Sichtweise aus 30.000 Fuß Höhe einnehmen, denn er ist so gut darin, alles auf diese Weise zu sehen. Wenn wir weit über das Buch Mormon hinausgehen, habe ich bereits erwähnt, dass Präsident Benson sagte: "Hey, wollt ihr wissen, wie es vor dem zweiten Kommen sein wird? Schaut euch das erste Kommen im Buch Mormon an." Und das gilt nicht nur für das Buch Helaman. Gehen Sie zurück zu Mosiah. Die Kirche ist organisiert. Lesen Sie den Anfang von Alma. Missionare werden ausgesandt. Vier Söhne von Mosia. Alle. Antichristen tauchen auf, und dann gibt es Kriege und Kriegsgerüchte für den Rest des Buches Alma und dann das Buch Helaman, und das ist, wo wir heute sind.
	00:11:15	Wir haben die Zeichen der Zeit erkannt. Wir haben Streitigkeiten während der Wahlen. Kommt Ihnen das bekannt

		vor? Wir haben politische Auseinandersetzungen. Wir haben Schlechtigkeit in hohen Positionen. Geheime Zusammenschlüsse tauchen auf, und dann blühen die Lamaniten auf wie eine Rose, und hier kommt Samuel, der Lamanit am Ende von Helaman. Und dann kommt die Vernichtung der Bösen und der dritte Nephi und das Erscheinen Christi in der Mitte des dritten Nephi und dann fast ein Mini-Millennium im vierten Nephi, und dann eine Rückkehr zur Bosheit am Ende. Die letzten Schlachten, Mormon und Moroni. Das sind 30.000 Fuß. Stellen wir nun den Autopiloten ein, um nach unten zu gehen und das Buch Helaman anzuschauen. Wir sind jetzt auf 10.000 Fuß über Helaman, Kapitel eins: Moroni übergibt die Leitung der Kriege an seinen Sohn Moronja, Moronja.
Hank Smith:	00:12:07	Jepp.
John Bytheway:	00:12:08	Und dann tauchen diese P-Namen auf. Wir brauchen einen neuen obersten Richter. Wir haben Pahoran, den zweiten Sohn von Pahoran, dem ersten. Paanchi und Pacumeni, die Stimme des Volkes geht mit Pahoran. Paanchi ist wütend darüber und sagt: "Das wirst du büßen." So erinnere ich mich an Paanchi: "Das wirst du büßen." Pacumeni sagt: "Ich werde die Wahl zum Hauptquartier aufgeben und mich dem Willen des Volkes beugen." Er tut das, aber dann kommt Kishkumen und ermordet Pahoran, und dann bilden sie diese geheime Kombination.
Dr. Jenae Nelson:	00:12:44	Und sofort sehen wir, wie wir darüber gesprochen haben, dass diese Kontraste fast sofort aufgebaut werden: Kischkumen und Gadianton und die Art und Weise, wie sie sich der Macht nähern, und dann die Art und Weise, wie die Gerechten sich ihr nähern. Die Bösen arbeiten im Verborgenen. Sie sind nicht gesetzestreu, sie ermorden auch die Gerechten. Sie handeln im Einklang mit dem Gesetz und der Stimme des Volkes. Das steht hier mehrere Male. Wir bekommen diesen Gegensatz von Bosheit und Rechtschaffenheit, und wie sieht das im politischen Bereich aus? Da sind die Gesetzestreuen im Gegensatz zu den heimlichen mörderischen Verschwörungen.
Hank Smith:	00:13:23	Wie viele oberste Richter werden hier im ersten Kapitel getötet?
Dr. Jenae Nelson:	00:13:27	Ja.
John Bytheway:	00:13:28	Sie nennen es den Richterstuhl. Im Moment ist es der heiße Stuhl des Gerichts oder die Drehtür des Gerichts. Wer will schon auf diesem Ding sitzen? Paanchi wird hingerichtet, wie Sie sagten, und dann kommt dieser Coriantumr, während sie so

besorgt sind, sie sind abgelenkt, und Coriantumr, ein Nachkomme von Zarahemla, ein Abweichler von den Nephiten, kommt in die Mitte des Landes. Und in Vers 18 heißt es: "Es gab so viel Streit und Schwierigkeiten in der Regierung. Sie hatten nicht genügend Wachen im Land Zarahemla aufgestellt. Sie dachten nicht, dass jemand so dreist sein würde, hereinzukommen, und er tötet Pacumeni.

Hank Smith: 00:14:03 Jetzt alle drei Söhne von Pahoran?

John Bytheway: 00:14:05 Ja, Pahoran, Paanchi und Pacumeni sind alle *patay*, das ist philippinisch für tot, also sind diese Typen alle tot. Jetzt kommt Helaman, der in Kapitel zwei durch die Stimme des Volkes zum Richter ernannt wird. Und während Helaman in der Nacht unterwegs ist, gibt dieser Kishkumen einem Diener Helamans ein Zeichen, mich zum Richterstuhl zu bringen. Das ist der geheime Plan. Der Diener Helamans weiß, dass dies geschehen wird, und sticht Kischkumen ins Herz, so dass er ohne zu stöhnen tot umfällt. Helaman 2, Vers 9.

Dr. Jenae Nelson: 00:14:42 Wir haben am Anfang über diese Gegensätze gesprochen, die sofort aufgebaut werden. Das ist ein literarisches Mittel, aber das ist es, was in dieser Ära tatsächlich passiert: Sie haben diese Helden und diese Schurken und dann erfahren wir etwas über ihre Taktiken. Wir haben Helaman, der nach der Stimme des Volkes arbeitet, wie wir schon sagten. Er hält sich an die Satzungen, Urteile und Gebote Gottes, und es heißt, dass er in den Augen Gottes immer recht gehandelt hat. Im Gegensatz zu Gadianton, der mit Schmeicheleien heimlich arbeitete. Er strebte nach Macht und Autorität und sorgte am Ende für die völlige Vernichtung seines Volkes.

00:15:17 Das sind schöne Kontraste, und was hier wirklich wichtig ist, ist, dass es nur sehr wenige Leute gibt, die Helaman und Gadianton ähnlich sind. Wir haben also diese Helden und diese Schurken. Sie werden einander gegenübergestellt, damit wir sehen, was das Endergebnis eines Teufelskreises ist. Was ist das Endergebnis eines tugendhaften Kreislaufs? Wir können entscheiden: Hey, dieser Weg führt zum ewigen Leben. Dieser Weg führt zum Tod. Und Mormon legt uns das sehr deutlich dar, und zwar auf eine Weise, die wir nicht übersehen können. Manchmal übersehen wir es aber doch. Anstatt uns auf das Zentrum zu konzentrieren, wie wir es am Anfang besprochen haben, konzentrieren wir uns auf die Gesellschaft als Ganzes, zeigen nach außen und sagen, es gibt all diese Dinge, die mit der Gesellschaft und der Kultur in den letzten Tagen nicht in Ordnung sind, anstatt nach innen zu schauen und zu fragen: "Was könnte ich besser machen?"

Hank Smith:	00:16:06	Dies scheint eine Zeit zu sein, in der es jeden Tag neue Nachrichten gibt: "Eilmeldung, die Wahl ist entschieden. Eilmeldung, Pacumeni ist tot. Eilmeldung, die Lamaniten haben angegriffen." Wenn Helaman den Job als oberster Richter bekommt, muss ich denken: "Oh, Mann."
John Bytheway:	00:16:22	Willst du diesen Job wirklich? Warum sollten Sie diesen Job wollen? Ich frage mich nur, wie beunruhigend das wäre, aber stellen Sie sich vor, dass Leute immer wieder den Führer Ihres Landes ermorden, und es passiert immer wieder.
Hank Smith:	00:16:37	Wieder und wieder.
John Bytheway:	00:16:37	Und wie beunruhigend das für das ganze Land sein würde.
Hank Smith:	00:16:42	Jenae, du hast vorhin etwas gesagt, das mich sehr berührt hat: Dieses winzig kleine Problem fängt an, und sie haben keine Ahnung, dass es passiert. Die Dinge sind großartig, sie sind wunderbar, und doch ist es fast so, als würde in dieser Gesellschaft ein Krebsgeschwür wachsen. Das macht mir Angst.
Hank Smith:	00:17:00	Bringen Sie uns, wohin Sie hier gehen wollen. Wie kämpft man gegen etwas, von dem man nicht einmal weiß, dass es da ist?
Dr. Jenae Nelson:	00:17:05	Wie wir ganz am Anfang über die Zyklen gesprochen haben, gibt es den typischen Stolz-Zyklus, den wir alle sehr gut kennen: Die Menschen sind gerecht, sie sind gesegnet, es geht ihnen gut, sie fangen an, ihren Reichtum anzubeten, und werden hochmütig und böse. Und dann verfolgen sie die Armen, es kommt zu Leid, Kriegen und Streitigkeiten, die sie demütigen. Wir alle kennen diesen Kreislauf des Stolzes, aber das Interessante daran ist, dass er uns an denselben Ort führt, an dem wir angefangen haben. Du bist schlecht, dann bist du gut, dann bist du schlecht, dann bist du gut, du bist schlecht und du bist gut, aber du wächst nie wirklich. Das ist wie der Kreislauf der Stagnation. Niemand will in diesem Kreislauf sein.
	00:17:43	Aber es gibt noch zwei andere Zyklen, die gleichzeitig ablaufen. Einer, der uns viel Hoffnung gibt, und einer, der ziemlich beängstigend sein kann, wie du sagst, Hank. Der eine wird als Tugendzyklus bezeichnet, was bedeutet, dass man sich in einer Aufwärtsspirale befindet, während ein Teufelskreis buchstäblich eine Abwärtsspirale bedeutet. Es gibt Menschen, die sich in diesen Tugendkreisen befinden. Nephi und Lehi sind Beispiele dafür, also werden wir darüber sprechen, was sie tun, und die demütigen Anhänger Gottes. Diese Menschen, die immer rechtschaffener werden, kommen Christus immer näher. In

diesen gefährlichen Zeiten sind sie in der Lage, dies erfolgreich zu tun. Das ist für mich die Botschaft der Hoffnung in Helaman 1: Es gibt Menschen, die immer gerechter werden, obwohl die Bosheit immer mehr zunimmt.

00:18:27 Dieser Gedanke der schrittweisen Veränderung wird in Helaman 3 sehr schön dargestellt. Gleich zu Beginn des Kapitels heißt es in Vers eins: "Es gab keinen Streit unter dem Volk von Nephi, außer ein wenig Stolz und ein wenig Zwietracht." Wir fangen also ganz klein an. Und dann, in Vers drei, heißt es auf einmal: "Es gab viel Streit und viele Meinungsverschiedenheiten." Und dann gehen wir zu Vers 17: "Es gab große Streitigkeiten und Unruhen." Wir fangen an mit nichts, ein bisschen, viel, viel und groß. Dies ist ein Beispiel für einen Teufelskreis, der sich auf gesellschaftlicher Ebene abspielt.

00:19:11 Sie alle kennen das Zitat von John Wooden, dem legendären Basketballtrainer. Er sagte: "Der wahre Test für den Charakter eines Mannes ist das, was er tut, wenn niemand zuschaut." Es ist sehr bezeichnend, dass wir hier in Helaman beginnen, geheime Werke zu sehen. Es heißt mehrmals, dass die Mörder nicht gefunden werden konnten. Es war geheim. Sie versteckten, was sie taten. Eines der ersten Anzeichen dafür, dass man etwas tut, was man nicht tun sollte, ist, wenn man versucht, es geheim zu halten. Ich denke, es ist wirklich wichtig, vor allem für die Jugend, zu wissen, dass es einen Unterschied zwischen etwas geheim halten und etwas heilig halten gibt. Wir wissen, dass es im Tempel bestimmte Dinge gibt, die uns heilig sind.

00:19:57 Wir haben ganz besondere Erfahrungen mit dem Herrn, die wir im Herzen bewahren, aber etwas geheim zu halten bedeutet, sich zu verstecken, weil man sich für das, was man tut, schämt, nicht will, dass die Leute es wissen, und man versucht, das, was man tut, zu vertuschen oder zu verstecken. Das ist normalerweise der erste Hinweis darauf, dass man sich in einem Teufelskreis befindet. Das sehen wir bei Kishkumen und Gadianton. Das ist natürlich ein extremes Beispiel. In unserem Leben kann es viel einfacher sein: Wir verstecken vielleicht die Zeit, die wir im Internet verbringen, wir verstecken die Dinge, die wir im Internet tun. Das erste, was Satan tut, wenn wir gesündigt haben, ist uns zu sagen, wir sollen uns verstecken. "Verstecken. Vertusche es." Er weiß, dass wir, wenn wir uns verstecken, nicht den Herrn suchen und nicht das Licht suchen.

John Bytheway: 00:20:51 Mir gefällt wirklich, was du sagst, Jenae. Ich schaue in Vers 12 von Helaman 1 nach, wo Kishkumen "in Verkleidung" hereinkam. Ich meine, wenn wir genau da stehen bleiben, in

		Verkleidung. Okay, jemand versteckt sich. Jemand will nicht gesehen werden. Es ist nicht das, was es zu sein scheint. "Da mischten sich Kischkumen und seine Bande, die mit ihm einen Bund geschlossen hatten, unter das Volk." Jetzt verstecken sie sich also im Verborgenen, sie sind unter den Menschen, aber man weiß es nicht, und das ist der Punkt, an dem es beängstigend wird. Wie Sie sagten, müssen Sie sich umsehen und fragen: "Gibt es Dinge, die ich nicht sehe?"
	00:21:23	Ich erinnere mich immer daran, dass Präsident Boyd K. Packer in den 70er oder 80er Jahren einen Vortrag über spirituelle Krokodile hielt und wie sie sich in einem Wasserloch versteckten, ohne dass man die Gefahr sah, aber sie waren genau dort. Und er erzählte diese wirklich schreckliche Geschichte, wie er auf einer afrikanischen Safari gefragt wurde: "Hey, wie kommt es, dass es neben dem Wasserloch keine Tiere gibt?" Und der Führer sagte: "Krokodile." "Nun, ich sehe keine Krokodile." Er sagt: "Nein, sie sind unter dem Schlamm versteckt. Ich habe es ihnen vor Jahren erzählt, ein junger Mann hat es nicht geglaubt. Er hat etwas gesehen. Er ging zu diesem Wasserloch hinaus. Und Präsident Packer sagte: "In einem Augenblick hatte ihn ein Krokodil und wir konnten nichts tun." Es war eine schreckliche Geschichte, aber sie war getarnt, sie war versteckt und man wusste nicht, dass sie da war. Wie schön, wenn einen jemand warnt, auf der Hut zu sein.
Dr. Jenae Nelson:	00:22:18	Ich habe diese Geschichte gehört und sie erinnert mich an Sheri Dews Bemerkung darüber, wie Propheten um die Ecke sehen. Sie können diese versteckten Gefahren sehen. Sie werden vom Herrn gewarnt und es ist ihre Berufung und ihre Aufgabe, uns zu warnen.
Hank Smith:	00:22:30	2010, Elder Holland, Place No More for the Enemy of My Soul trifft genau das, was Sie sagen. Dies ist ein Absatz. Er sagt: "Warum ist die Lust eine solche Todsünde? Nun, abgesehen von der völlig geistzerstörenden Wirkung, die sie auf unsere Seelen hat, ist sie meiner Meinung nach auch deshalb eine Sünde, weil sie die höchste und heiligste Beziehung, die Gott uns in der Sterblichkeit geschenkt hat, beschmutzt, nämlich die Liebe, die ein Mann und eine Frau füreinander empfinden, und den Wunsch dieses Paares, Kinder in eine Familie zu setzen, die für immer bestehen soll. Jemand hat einmal gesagt, dass wahre Liebe den Gedanken der Dauerhaftigkeit beinhalten muss. Wahre Liebe ist beständig, aber die Lust ändert sich so schnell, wie sie eine Pornoseite umblättert oder einen Blick auf ein anderes potenzielles Objekt der Befriedigung wirft, das vorbeigeht, egal ob männlich oder weiblich."

	00:23:17	Und dann dieser Teil: "Über die wahre Liebe sind wir absolut schwindlig, so wie ich über Schwester Holland. Wir schreien es von den Dächern, aber Lust ist durch Scham und Heimlichkeit gekennzeichnet und ist fast pathologisch heimlich." Klingt das nicht wie Helaman Kapitel 1 und 2? Pathologisch heimlich. Je später und dunkler die Stunde, desto besser mit einer doppelt verriegelten Tür, nur für den Fall. "Die Liebe lässt uns instinktiv die Hand nach Gott und nach anderen Menschen ausstrecken." Und das ist es, wovon du sprichst, diese Heiligkeit. "Lust hingegen ist alles andere als gottgefällig und zelebriert die Selbstverliebtheit. Liebe kommt mit offenen Händen und einem offenen Herzen. Lust kommt nur mit einem offenen Appetit." Das ist also der Kontrast, den Sie uns zeigen, zwischen geheim, versteckt, und heilig, wertgeschätzt.
John Bytheway:	00:24:03	Guter Punkt.
Dr. Jenae Nelson:	00:24:04	Ich finde es toll, dass Sie eine Tugend einem Laster gegenübergestellt haben. Wir können wählen, ob wir ein tugendhaftes oder ein destruktives Verhalten kultivieren wollen oder nicht. Auf der letzten Konferenz hat mir Elder Steven R. Bangerter in seinem Vortrag Foreordained to Serve gefallen. Und ihr erinnert euch wahrscheinlich daran, dass er sagte, sein Vater habe ihm gesagt, er solle die privaten Zeiten seines Lebens schützen. Der Vater sagte: "Mehr als jede andere Zeit in deinem Leben wird das, was du in den privaten Zeiten deines Lebens tust, den größten Einfluss darauf haben, wie du mit den Herausforderungen und dem Herzschmerz umgehst, denen du begegnen wirst. Und was du in den privaten Zeiten deines Lebens tust, wird auch einen größeren Einfluss darauf haben, wie du mit den Erfolgen und der Freude umgehst, die du erleben wirst, als jede andere Zeit in deinem Leben."
	00:24:45	Mir gefällt die positive Sichtweise, die besagt, dass man in diesen privaten Zeiten nicht anfälliger für Böses ist, sondern dass man auch die Möglichkeit hat, mit Gott in Kontakt zu treten. In der privaten Zeit kann man beten, nachdenken, meditieren, sich dem Herrn nähern, und das ist der beste Weg, die private Zeit zu nutzen. Ich denke, das ist wirklich ein großartiger Rat für uns alle, die private Zeit unseres Lebens zu schützen.
Hank Smith:	00:25:11	Mir gefällt, was du vorhin gesagt hast. Wenn man etwas verheimlicht, ist das normalerweise ein Zeichen dafür, dass... Wenn man nicht darüber reden kann, sollte man es wahrscheinlich nicht tun.

Dr. Jenae Nelson:	00:25:21	Das ist eine gute Regel, nach der man leben sollte. Und bei Erwachsenen ist es dasselbe. Die Heilige Schrift sagt: "Jedes Mal, wenn du versuchst, deine Sünde zu verbergen..." Da sind Adam und Eva im Garten. Eines der ersten Dinge, der erste Impuls ist schnell, weglaufen, sich verstecken. Anstatt den Herrn zu suchen. Suchen Sie Zuflucht bei Gott. Der Herr kann dich reinigen und dich heilen. Satan weiß, dass das der Weg zu Freiheit und Freude ist, also will er nicht, dass wir das tun. Er will, dass wir in den Ketten und der Knechtschaft der Sünde bleiben. Der einzige Weg, das zu tun, ist, sich zu verstecken und sich von der Quelle des Lichts und der Wahrheit fernzuhalten.
Hank Smith:	00:25:54	Klingt das nicht sehr nach dem Jesus zu Nikodemus: "Sie mögen das Licht nicht"?
Dr. Jenae Nelson:	00:26:00	Ja, er geht nachts zu Jesus, um mit ihm zu reden.
John Bytheway:	00:26:02	Er kommt nachts. "Sieht jemand nach mir? Ich wollte mit dir reden, aber ich wollte warten."
Hank Smith:	00:26:06	Ja, und Jesus sagt: "Diejenigen, die die Dunkelheit lieben, hassen das Licht."
Dr. Jenae Nelson:	00:26:12	Und wenn man nichts zu verbergen hat, ist das auch nicht schlimm. Es können auch gute Dinge aufgedeckt werden, nicht nur schlechte. Aber es geht zurück zu dieser Idee dieser kleinen, schrittweisen Veränderungen, die geschehen. Ich denke, dass das, was Mormon hier tut, wirklich wichtig ist. Und wir haben die Möglichkeit, wegen des Tempos, Sie haben das am Anfang ein wenig erwähnt, Hank, aber Alma ist lang, es ist wirklich lang. Diese Kriegskapitel, es gibt fast für jedes Jahr ein Kapitel. Und in den 16 Kapiteln von Helaman behandeln wir fast die gleiche Zeitspanne, aber in 16 Kapiteln. Es ist also komprimiert, es geht schneller, aber es ist auch so ähnlich wie im mittleren Alter: Jetzt, wo ich in meinen 40ern bin, kann ich zurückblicken und an Gebete denken, die ich vor 20 Jahren gesprochen habe, und sehen, wie Gott sie erhört hat. Das ist so cool.
	00:26:59	Es ist eines der coolen Dinge, wenn man im mittleren Alter ist. Man hat endlich ein bisschen Perspektive, und man kann sehen. Es ist erstaunlich, ein Gebet erhört zu sehen, das man vor 20 Jahren gesprochen hat. Das ist etwas ganz Besonderes. Und dann sieht man all die Teile, die Gott im Laufe der Zeit an ihren Platz gesetzt hat. In Helaman bekommen wir eine ähnliche Perspektive, in der sich die Zeit verdichtet, und Mormon zeigt uns, wie sie zu einer Gesellschaft wurden, die schließlich zerstört wurde. Wir können beobachten, wie sich dies in einer schnelleren Zeit als gewöhnlich entfaltet, was ich sehr

interessant finde. Aber er zeigt uns, dass es in winzig kleinen Schritten geschah. Das erinnert mich an meine Lieblingsbibelstelle, die wir bereits in Alma behandelt haben, aber ich wiederhole sie, weil sie so gut ist und hier so gut passt.

00:27:50 Kleine und einfache Dinge. "So werden durch kleine und einfache Dinge große Dinge bewirkt. Und durch kleine Mittel werden die Weisen in vielen Fällen verwirrt. Und der Herr wirkt durch Mittel, um seine großen und ewigen Pläne zu verwirklichen, und durch sehr kleine Mittel verwirrt der Herr die Weisen und bewirkt die Rettung vieler Seelen." Dies ist also ein ewiges Prinzip. Kleine und einfache Dinge bewirken Großes, entweder große Schlechtigkeit oder große Gerechtigkeit, je nachdem, welche kleinen und einfachen Dinge Sie heute tun wollen.

00:28:23 Hier ist ein großartiges Zitat von Ralph Waldo Emerson. Er sagt: "Säe einen Gedanken, und du erntest eine Handlung. Säe eine Handlung, und du erntest eine Gewohnheit. Säe eine Gewohnheit, und du erntest einen Charakter. Säe einen Charakter, und du erntest ein Schicksal." Als Entwicklungspsychologe beschäftige ich mich wirklich mit der Frage, wie wir unsere Kinder, unsere Jugendlichen, unsere jungen, alleinstehenden Erwachsenen, ja sogar Erwachsene dazu bringen können, diese Art von Charakter zu entwickeln, die wir in Helaman sehen, diesen tugendhaften Charakter, den Nephi und Lehi uns vorleben. Wie können wir das erreichen? Und Mormon lehrt uns, Helaman lehrt uns, dass wir durch diese kleinen und einfachen Dinge diesen tugendhaften Kreislauf schaffen können, in dem wir nicht gut sind, dann sind wir schlecht, dann sind wir gut, dann sind wir schlecht. Wir wollen nicht ewig auf diesem Zug bleiben. Wir wollen uns tatsächlich verbessern und Gott näher kommen.

00:29:20 Und Präsident Nelson gab uns auch eine großartige Möglichkeit, darüber nachzudenken, als er von geistiger Dynamik sprach. Diese Dynamik kann mächtig sein, sie kann zum Guten und zum Schlechten wirken. Er sagt: "Mit erschreckender Geschwindigkeit kann ein Zeugnis, das nicht täglich durch das gute Wort Gottes genährt wird, mit erschreckender Geschwindigkeit zerbröckeln. Das Gegenmittel gegen Satans Pläne ist also klar. Wir brauchen tägliche Erfahrungen in der Anbetung des Herrn und im Studium seines Evangeliums."

00:29:50 Das finden wir tatsächlich in der Forschung. Natürlich lehrt uns die Heilige Schrift Wahrheiten, aber es ist wirklich schön, wenn die Forschung wie ein zweites Zeugnis für das ist, was wir bereits als wahr erkennen. In einer Studie nach der anderen

		über Jugendliche und religiöse Entwicklung stellen wir fest, dass geistliche Erfahrungen der wichtigste Prädiktor für den Verbleib in der Kirche sind. Es ist fantastisch, wenn man gute Freunde hat, es ist fantastisch, wenn man eine Gemeinde hat, die man mag, es ist großartig, wenn man auf ein Seminar geht. All diese kleinen Dinge sind Öltropfen in deiner Lampe. Wenn man den Herrn nicht täglich erlebt, sagt uns Präsident Nelson mit erschreckender Geschwindigkeit, können unsere Zeugnisse zerbröckeln. Dies ist ein Prophet des Herrn, der um die Ecke sieht und uns sagt, dass es ein Krokodil gibt. Um dieses Krokodil zu vermeiden, müssen Sie jeden Tag Zeit mit dem Herrn verbringen.
Hank Smith:	00:30:55	Eine persönliche Erfahrung mit Gott ist etwas ganz Besonderes und hat einen langen Atem. Sogar Familienabende, sogar Familiengebete. All das sind, wie Sie sagten, wunderbare, wunderbare Dinge, aber es muss dazu führen, ich hatte meine eigene Erfahrung, meinen eigenen heiligen Hain. Ich wusste es, ich wusste, dass Gott es wusste, und ich konnte es nicht leugnen. Als Eltern wollen wir unseren Kindern manchmal Informationen aufzwingen, obwohl es vielleicht besser wäre, sie an Gott zu wenden. "Hast du Gott dazu befragt? Hast du dich an den Herrn gewandt?"
Dr. Jenae Nelson:	00:31:30	Ja, absolut. Meine Kinder sind es leid, das zu hören, aber wenn sie am Fastensonntag fragen: "Mama, kann ich mein Fasten brechen?" Dann sage ich: "Ich weiß es nicht. Geh und frag den Herrn. Das ist nicht meine Regel. Ich habe sie nicht erfunden. Du fragst ihn, wenn du fertig bist." Und das Gleiche sage ich in der Kirche. Wenn sie sich fragen: "Muss ich in die Kirche gehen?" "Ich weiß es nicht. Frag deinen himmlischen Vater. Es ist ein Gebot, also ist es wahrscheinlich eine gute Idee." Aber es ist ein anderer Ansatz, wenn wir unsere Kinder zum Herrn schicken, um Antworten zu erhalten. Fragen Sie den Herrn, anstatt zu versuchen, ihnen alle Antworten zu geben und sie dazu zu bringen, das Richtige zu tun. Und das führt zu dem, was wir extrinsische Motivation nennen.
	00:32:15	Man unterscheidet zwischen intrinsischer und extrinsischer Motivation. Extrinsische Motivation ist, wenn man durch äußere Dinge motiviert wird. Du gehst in die Kirche, weil du dir Sorgen machst, was die Leute denken, wenn du es nicht tust. Du gehst in die Kirche, weil du Angst hast, dass deine Eltern wütend werden, wenn du es nicht tust. Du kaufst dir ein richtig schickes Auto, weil es dir wichtig ist, was die Leute über dein Aussehen denken. Das ist extrinsische Motivation. Und das Problem mit der extrinsischen Motivation bei der Religion ist, dass sie unserer Jugend schadet. Die Jugendlichen, die eine extrinsische

Motivation für ihre Religiosität, ihr religiöses Verhalten haben, schneiden nicht so gut ab. Sie fühlen sich im Laufe der Zeit nicht so wohl, und sie haben nicht die Vorteile der Religion. Das ist wirklich interessant.

00:32:58 Aber die Kinder, die intrinsisch motiviert sind. Die intrinsische Motivation kommt also von innen. "Ich will es tun. Es ist das Richtige." Das ist es, was wir allen unseren Kindern wünschen. Wir wollen, dass sie es tun, weil sie es wollen. Sie handeln aus eigenem Antrieb und nicht kontrolliert. Diese extrinsische Motivation, auch wenn es den Anschein hat, dass man die Wahl trifft, ist nicht wirklich frei, weil man die Wahl trifft, weil man das Urteil anderer Leute vermeidet, im Gegensatz zu dem, was man wirklich tun will.

00:33:25 Aber die Kinder, die Jugendlichen, die in ihrem religiösen Verhalten intrinsisch motiviert sind, das sind diejenigen, die den größten Schutznutzen aus der Kirche ziehen. Und wenn ich als Psychologe von schützendem Nutzen spreche, dann meine ich damit Ergebnisse, die uns im Allgemeinen wichtig sind, wie z. B. dass sie keine Drogen nehmen, keinen vorehelichen Sex haben, bessere Noten bekommen, sich eher ehrenamtlich engagieren und mehr bürgerschaftliches Engagement zeigen, solche Dinge. Die Art und Weise, wie wir als Psychologen Wohlstand messen. Aber ich denke, dass wir das als Mitglieder der Kirche sehen können. Wir wissen, wenn unsere Kinder aus den richtigen Gründen hingehen.

Dr. Jenae Nelson: 00:34:00 im Gegensatz zu denjenigen, die aus extrinsischer Motivation heraus handeln. Wir sehen das sogar, das ist wirklich interessant, wir sehen diese extrinsische Motivation sogar wiederholt im Buch Helaman und wie sie die Nephiten im Stich lässt. Sie sind so besorgt darüber, was andere Leute denken, dass sie sogar dann umkehren, wenn sie umkehren, weil sie Angst haben, dass sie schwach sind. Das ist Helaman 4: Vers 24: "Und sie sahen, dass sie schwach geworden waren wie ihre Brüder", und dann heißt es, dass sie den Fehler ihres Handelns erkannten. Sie erkannten, dass sie falsch gehandelt hatten, und dann taten sie Buße, richtig, und es heißt, dass sie wegen ihrer Übertretung innerhalb weniger Jahre schwach wurden.

00:34:46 Aber im Wesentlichen werden sie dadurch motiviert, dass sie sich selbst als schwach sehen. Sie haben Angst, also werden sie durch die Angst und die Tatsache, dass sie nicht mehr stark sind, zur Umkehr motiviert. Das ist eine extrinsische Motivation, und so ist es kein Wunder, dass diese Menschen nach nicht allzu vielen Jahren wieder böse werden. Ihre Reue hält nicht an, und der Grund, warum die Reue nicht anhält, ist, dass sie diese

extrinsische Motivation haben. Sie tun es nicht aus den richtigen Gründen.

00:35:16 Was bedeutet das für unsere Jugend und wie können wir das an unsere Jugend weitergeben? Denn als Mutter ist mir das wichtig. Ich möchte wissen, wie ich meinen Teenagern helfen kann, die richtigen Motivationen zu haben.

John Bytheway: 00:35:28 Die Idee, persönliche Erfahrungen mit dem Herrn zu machen, gefällt mir sehr. Es ist schwer, unseren Kindern etwas beizubringen, denn sie sehen ein Kästchen, das sie ankreuzen können, wenn wir sagen: "Sprecht eure Gebete und lest die Bibel", obwohl es uns eigentlich um das Ergebnis geht. Das Sprechen der Gebete und das Lesen der Heiligen Schrift sind nicht das Ergebnis. Es ist hoffentlich eine Methode, um zu dem Ergebnis zu kommen, dass man eine geistliche Erfahrung mit dem Herrn macht. Wir versuchen in unserer Lehre zu vermitteln, dass das Ergebnis dieser Gewohnheiten und rechtschaffenen Routinen darin besteht, dass Sie den Geist des Herrn in Ihrem Leben erfahren. Das ist intrinsisch.

Dr. Jenae Nelson: 00:36:02 Ich arbeite mit den Jugendlichen in meinem Bezirk und natürlich studiere ich die Entwicklung von Jugendlichen, also ist das etwas, worüber ich immer nachdenke, aber speziell mit den neuen Änderungen, die es im Jugendprogramm gibt und wie wir uns der Stärke der Jugendlichen nähern und wie sich die Richtlinien ändern. Wir bewegen uns weg von diesen Checkbox-Ansätzen mit unseren Jugendlichen, und das ist genau das, was wir brauchen. Der Herr weiß, was die Jugendlichen brauchen, aber es funktioniert nicht, wenn man sie nicht zum Herrn schickt, wenn man sie keine Erfahrungen mit dem Herrn machen lässt, denn es geht ja gerade darum, dass sie zu ihrem himmlischen Vater beten sollen. Sie sollen fragen, sich erkundigen, Offenbarung darüber erhalten, was für ihr Leben richtig ist. Wenn sie das nicht tun, werden sie auf der Stelle treten. Sie werden schlechter dran sein, als wenn sie eine Checkliste hätten. Es ist wirklich wichtig, dass wir sie im Gebet zum Herrn schicken, damit sie diese persönlichen Erfahrungen machen, damit sie herausfinden können, was der Herr von ihnen will, denn viele Jugendliche denken, dass die Regeln weg sind.

00:37:02 Ich höre das oft, dass es keine Regeln mehr gibt. Ich denke mir: "Wow, das ist nicht die Interpretation, die wir hier haben sollten." Jesus Christus ist der Maßstab für die Jugend, und das bedeutet, dass wir zu ihm gehen müssen. Wir müssen zum Herrn gehen und ihn fragen, was wir tun sollen. Nur dann wird es funktionieren, und wenn es funktioniert, dann funktioniert es

		unendlich viel besser als Kontrollkästchen, denn Kontrollkästchen führen zu dieser extrinsischen Motivation. Man tut es für die goldenen Sterne. Man tut es nicht, weil es sich gut anfühlt oder weil man eine Beziehung zum Herrn hat, aber wenn wir unsere Jugendlichen dazu ermutigen können, eine Beziehung zum Herrn zu haben, dann werden die Jugend und das Jugendprogramm, das Kinder- und Jugendprogramm am besten funktionieren, und der Herr weiß das, aber das bedeutet, dass wir als Eltern wirklich absichtlich handeln müssen.
John Bytheway:	00:37:49	Präsident Nelson hat uns so perfekt darauf vorbereitet. Die erste Betonung liegt darauf, ihn zu hören, zu lernen, ihn zu hören und dann bereit zu sein, Gott die Oberhand gewinnen zu lassen, und so, hey, es steht nicht im Buch, also kann ich das nicht. Nein, nein, es steht nicht im Buch. Gehen Sie also auf die Knie und lernen Sie, ihn zu hören, und sind Sie dann bereit, Gott die Oberhand gewinnen zu lassen? Antworte und es ist genau richtig. Überspringe diese Schritte nicht, denn die Stärke der Jugend liegt nicht in den Mindestanforderungen an das Verhalten. Es sind die Lehren der Nachfolge. Jetzt wirst du lernen, auf Ihn zu hören, und das ist härtere Arbeit, obwohl der Herr dieses Mal die Jugendlichen bittet, die Arbeit zu machen, anstatt das Buch die Arbeit machen zu lassen. Es wird nicht alles buchstabieren. Ihr müsst die Arbeit selbst tun, was für Kinder eine größere Aufgabe ist. Ja, das stimmt.
Dr. Jenae Nelson:	00:38:38	Das ist es, aber es ist die Mühe wert. Es ist die Mühe wert, denn das Ergebnis wird sein, dass wir eine Generation sündenresistenter Jugendlicher haben müssen, wie Schwester Joy Jones sagte. Das können wir erreichen, indem wir dieses neue Programm einführen, das der Herr für diese spezielle Generation unserer heutigen Jugend geschaffen hat. Wir haben gelernt, dass Nephi und Lehi, ich liebe diese kleine Zeile, die in Helaman 3, Vers 21 zu finden ist. Es geht um Helaman und seine beiden Söhne. Er gab seinem Ältesten den Namen Nephi und dem Jüngsten den Namen Lehi, und sie begannen, für den Herrn aufzuwachsen. Dieses Bild ist für mich wie ein Tugendkreis. Sie werden erwachsen. Ich bin 43 Jahre alt. Ich kann immer noch erwachsen werden, wenn ich diesen Tugendkreis durchlaufe, in dem ich im Laufe der Zeit immer mehr Dinge tue, die zu dieser Charakterstärke führen können.
Hank Smith:	00:39:36	Meine Frau wird diese Folge mögen, denn das ist eine häufige Botschaft an mich und meine Jungs. Werdet erwachsen. Hank Smith: Ja.

Dr. Jenae Nelson:	00:39:43	Werde erwachsen. Du kannst immer noch erwachsen werden. Es gibt Hoffnung. Ich liebe es. Okay, das hat Präsident Nelson gesagt: "Wir haben noch nie so viele positive geistliche Impulse gebraucht wie jetzt, um der Geschwindigkeit entgegenzuwirken, mit der das Böse und die dunklen Zeichen der Zeit zunehmen." Ich habe gerade gesagt, dass wir mit beängstigender Geschwindigkeit unser Zeugnis verlieren können, aber jetzt spricht er von positivem Schwung. "Ein positives geistliches Momentum wird uns inmitten von Angst und Ungewissheit, die durch Pandemien, Tsunamis, Vulkanausbrüche und bewaffnete Auseinandersetzungen hervorgerufen werden, weiter voranbringen. Spiritueller Schwung kann uns helfen, den unerbittlichen bösen Angriffen des Gegners zu widerstehen und seine Bemühungen zu vereiteln, unsere persönliche, spirituelle Grundlage zu untergraben. Viele Handlungen können ein positives geistliches Momentum entfachen. Gehorsam, Liebe, Demut, Dienst und Dankbarkeit sind nur einige davon." Mir gefällt der Gedanke, dass wir im Gegensatz zu der beängstigenden Geschwindigkeit, mit der wir unsere Zeugnisse verlieren können, auch dieses positive geistliche Momentum in unserer Macht haben, dass wir im Herrn heranwachsen und uns in Richtung dieses positiven, tugendhaften Lebens bewegen können.
Hank Smith:	00:40:57	Als Elternteil habe ich festgestellt, Jenae, dass ich möchte, dass meine Kinder diese geistlichen Erfahrungen machen, aber ich muss darauf vertrauen, dass der Herr ihnen diese geistlichen Erfahrungen geben wird. Wenn ich das Jakobusbuch für meine Kinder schreiben würde, könnte es lauten: Wenn es einem von euch an Weisheit mangelt, lasst mich euch Weisheit geben. So ist es. Lasst mich euch an meiner großen Weisheit teilhaben und dann könnt ihr den Herrn fragen, ob das, was ich euch gesagt habe, wunderbar ist, oder? Stattdessen, und vielleicht bin ich es, der seine eigene hat. Jenae, ist das ein Teil davon? Ich vertraue darauf, dass der Herr ihnen geistliche Erfahrungen gibt, weil ich meine eigenen geistlichen Erfahrungen habe?
Dr. Jenae Nelson:	00:41:33	Ich glaube schon. Vor ein paar Jahren gab es eine großartige Kinder- und Jugendsendung, in der sie die Jugendlichen dazu befragten, wie die Erwachsenen in eurem Leben euch am besten helfen können, und die Jugendlichen erzählten dies. Ich werde es nie vergessen, aber sie sagten: "Teilt eure spirituellen Erfahrungen mit uns, denn das stärkt uns und hilft uns zu wissen, dass das Möglichkeiten für uns sind." Sie haben Recht, Hank. Ich glaube, wenn wir unsere Erfahrungen mit ihnen teilen, wird das für sie attraktiv. Wenn wir die Freude am Evangelium, die wir erleben, mit ihnen teilen, dann werden sie diese Süße auch wollen. Ich hatte diese erstaunliche Erfahrung im Tempel.

Lass mich das mit dir teilen, und dann wollen sie das auch für sich.

00:42:14 Als du über deine Teenager gesprochen hast, Hank, kam mir diese Geschichte in den Sinn. Vor ein paar Wochen besuchten mein Mann und ich einen Mann in unserer Gemeinde, und wir waren auf unserem Spaziergang. Wir begegneten diesem Mann, einem unserer Nachbarn, der nicht in die Kirche geht. Er ist ein wirklich toller Mensch. Am Ende saßen wir auf der Straße und unterhielten uns anderthalb Stunden lang mit ihm. Ich hatte Brot im Ofen, das verbrannt war, aber es war ein sehr gutes Gespräch. Ich ertappte mich dabei, dass ich ihm einige Schwierigkeiten anvertraute, die ich mit einem meiner Kinder hatte. Das war interessant, denn bei Menschen, die keine Mitglieder sind, denkt man oft, dass man zu ihnen hingeht und ihnen dient. Sie werden all diese Weisheit weitergeben, und am Ende hat er mir gedient und mich gesegnet.

00:42:59 Er sah mir in die Augen, als ich ihm von dem Problem erzählte, das ich mit diesem Kind hatte, und er sagte: "Vertraust du nicht darauf, dass der Herr einen Plan für sie hat?" Ich sagte: "Du erziehst mich. Du erziehst mich um. Du hilfst mir, mich zu erinnern. Ich weiß es, aber ich vergesse es." Wir vergessen. Er sagte: "Es ist wichtig, dass du dir vor Augen hältst, dass dieses Kind seinen eigenen Weg geht und dass du darauf vertrauen musst, dass es zu dem Zeitpunkt zu sich selbst kommt, der für es am besten und richtig ist." Er hielt mir buchstäblich eine Predigt, und das veränderte mein Denken über dieses Kind und half mir zu denken, dass ich geduldig sein kann. Ich kann Glauben haben. Ich kann darauf vertrauen, dass der Herr so ist, wie wir es in der Konferenz gehört haben. Der Herr ist auch unerbittlich hinter meinem Kind her und kümmert sich genauso sehr um sein Zeugnis wie ich.

Hank Smith: 00:43:55 Du kannst mit deinem himmlischen Vater sprechen. Es ist so einfach, wenn du uns sagst, dass wir das tun sollen, Jenae, aber es gehört eine Menge Vertrauen dazu, dass der Herr mit dir sprechen wird. Das wird er. Er wird zu dir sprechen.

Dr. Jenae Nelson: 00:44:08 Das wird er, besonders wenn es um unsere Kinder geht, denn das ist unsere wichtigste Berufung. Wir bekommen Offenbarung für unsere anderen Berufungen. Wir bekommen absolut, absolut Offenbarung in unserer Berufung als Mutter und als Vater. Als mein Sohn klein war, hatte er es in der Schule schwer. Ich machte mir sehr, sehr viel Stress um seine Zukunft. Er ist mein erstes Kind und wir neigen dazu, beim ersten Kind Angst zu haben, weil wir denken, dass wir alles vermasseln, und er war Legastheniker. Das wusste ich damals noch nicht, aber deshalb

		hatte er es in der Schule so schwer. Wegen seiner Schwierigkeiten in der Schule hat er sich auch ein bisschen daneben benommen, und ich habe das Schlimmste befürchtet, dass er erwachsen werden und im Gefängnis landen würde oder so.
Hank Smith:	00:44:52	Er wird ein Krimineller sein. Ich weiß es.
Dr. Jenae Nelson:	00:44:53	Ja. Ich bin einfach den ganzen Weg gegangen. Ich war so besorgt um ihn, und er hat sich tatsächlich zu einem erstaunlichen Mann entwickelt, sollte ich sagen, aber zu der Zeit war ich sehr besorgt, und der Herr hat mich korrigiert. Der Geist kam zu mir und sagte: "Jenae, was ist das wichtigste Ergebnis für deinen Sohn? Sind es seine Noten? Ist es, dass er auf die BYU kommt? Ist es, dass er am Ende dieses oder jenes tut, das dich stolz macht?" Und ich habe darüber nachgedacht und dachte: "Okay, das Wichtigste für mich ist, dass er ein Zeugnis hat, ein Zeugnis für den Herrn, weil Sie die Dinge tun, die Sie tun müssen, um sicherzustellen, dass das passiert, und Gott am Ruder ist." Wenn Sie den Herrn regelmäßig und konsequent in Ihre Wohnung, in Ihr Haus und in Ihr Herz einladen, durch diese kontinuierlichen Bemühungen, diese ständigen Bemühungen, von denen wir hier sprechen, können wir sicher sein, dass der Herr das Ruder in der Hand hat. Um all die anderen Dinge, über die wir uns Sorgen machen, brauchen wir uns nicht zu kümmern. Wir müssen uns auf die wirklich einfachen, simplen Dinge konzentrieren, die unsere Kinder dazu bringen, ihren Erlöser kennenzulernen und ihm zu vertrauen, damit sie, wenn sie den Stürmen des Lebens begegnen, darauf vorbereitet sind, weil sie den Herrn in ihrem Leben haben.
John Bytheway:	00:46:25	Ich habe das wahrscheinlich schon einmal gesagt, aber es beruhigt mich sehr. Wenn ich Mose 1,39 lese, sagt der Herr nicht: "Das ist deine Aufgabe und dein Ruhm. Deine Kinder zu erhöhen." Er sagte: "Nun, eigentlich ist das mein Werk und meine Herrlichkeit", und dann in Zweites Nephi: "Ich bin in der Lage, mein Werk zu tun." Ich liebe diesen Satz. Es ist wie: "Ich weiß, was ich tue. Ihr nicht, aber ich schon", und er ist gut in seiner Arbeit. Ich tue, was ich kann, aber manchmal muss ich, wie Alma der Ältere, aufschauen und sagen: "Würdest du bitte deinem Sohn helfen?" Wir wissen nicht, wie und wann er das tun wird, aber er hat auch für sie einen Plan, und das hilft mir sehr.
	00:47:07	Apropos Gebete, die 20 Jahre später erhört werden: Gott denkt langfristig, und er ist wirklich gut im Retten und wirklich gut darin, die Unsterblichkeit und das ewige Leben seiner Kinder zu

verwirklichen, und das kann uns helfen, geistig ein wenig durchzuatmen.

Hank Smith: 00:47:25 Jenae, während du uns unterrichtet hast, hatte ich zwei Gedanken. Erstens: Als Elternteil schaden meine Bemühungen, es zu kontrollieren, eigentlich dem, was ich will, oder? In meinem Bemühen, das Ergebnis zu erreichen, das Ergebnis zu kontrollieren, verletze ich eigentlich genau das, was ich zu erreichen versuche. Und zweitens denke ich, dass wir da draußen Zuhörer haben, die vielleicht ein wenig wie ich sind und sagen: "Oh, ich wünschte, ich hätte das vor 10 Jahren gewusst. Oh, ich wünschte, ich hätte das vor 20 Jahren gewusst." Und John, wir sprechen oft darüber, dass wir nicht wollen, dass irgendjemand aus unserer Sendung geht und sagt: "Ich bin der Schlimmste." Es geht hier nicht darum, mit Bedauern und Wut zurückzublicken. Es geht darum, was wir tun können, wenn wir uns vorwärts bewegen. Wenn es also Zuhörer gibt, die sagen: "Ah, ich habe als Elternteil Mist gebaut. Wenn ich es anders gemacht hätte, wäre das Kind jetzt ein Volltreffer." Denken Sie an das, was Johannes sagte. Dies ist das Werk des Herrn. Er arbeitet auch mit Ihnen. Er hat auch für Sie einige Ergebnisse parat.

Dr. Jenae Nelson: 00:48:24 Viele, viele Menschen kennen oder haben ein Kind, das die Schule verlassen hat oder sich in Schwierigkeiten befindet. Wenn ich ein wenig über meinen Hintergrund erzählen könnte, wenn es nicht zu selbstverliebt ist. Ich hoffe, das kann einigen Eltern etwas Hoffnung geben. In Helaman sehen wir all diese Erzählungen von Andersdenkenden, und wir finden auch diese großartige Geschichte von Nephi und Lehi, die den Andersdenkenden predigen, und es gibt diese Masse, die zurückkommt. Das gibt mir so viel Hoffnung, dass dies kurz vor Christi Ankunft geschieht. Es gibt diese Masse, die zurückkommt. Wir hatten also diesen Massenexodus, aber es gibt diese Masse, die zurückkommt. Ich kann es kaum erwarten, das in unserer Kirche zu sehen. Das gibt mir Hoffnung.

00:49:04 Die Hoffnung, die ich mit Ihnen teilen möchte, ist, dass ich Ihnen ein wenig von meiner Geschichte erzähle. Ich wurde getauft, als ich acht Jahre alt war. Meine Mutter war ein Mitglied der Kirche. Meine Großeltern waren Konvertiten zur Kirche. Ich bin nicht sehr oft in die Kirche gegangen. Im Grunde genommen war ich nicht einmal das, was ich als LDS bezeichnen würde, aber meine Mutter war immer gläubig. Sie war gläubig. Sie brachte mir das Beten bei. Sie wusste, dass die Kirche wahr ist. Sie hat versucht, mit mir die heiligen Schriften zu lesen, aber ich wollte nichts damit zu tun haben. Wir hatten ein wirklich hartes Leben. Ich wuchs nur mit meiner Mutter und meiner Schwester

auf. Es gab wirklich sehr, sehr harte Zeiten. Es gab eine Zeit, da waren wir obdachlos und lebten in einem Obdachlosenheim. Wir lebten bei Familienmitgliedern. Das war eine wirklich harte Zeit. Meine Mutter war schwer psychisch krank und konnte nicht arbeiten. Wir waren auf staatliche Unterstützung angewiesen.

00:49:55 Damals dachte ich, dass Gott unmöglich real sein kann, weil ich keine Beweise für ihn in meinem Leben sehen konnte, zumindest nicht für einen liebenden Gott. Und ich dachte, wenn Gott real ist, dann muss er auch liebevoll sein, und ich sehe keinen liebevollen Gott in meinem Leben. Ich schaute mich um und sah nichts als Ruinen. Mit 11, 12, 13 Jahren, in diesem Alter, in dem man versucht, die Dinge zu verstehen, sah ich nur noch, wie mein Leben völlig auseinander fiel. Ich glaubte nicht mehr an Gott. Ich begann mit selbstzerstörerischen Verhaltensweisen. Ich hätte beinahe die Highschool nicht abgeschlossen. Meine Mutter war, wie Sie sich vorstellen können, sehr besorgt um mich. Meine Mutter war exkommuniziert worden, aber sie hatte immer noch ihren Glauben und wusste, dass Gott real ist und dass diese Kirche seine Kirche ist. Sie hatte immer noch Hoffnungen für mich und sie sah, dass mein Leben aus den Fugen geriet. Sie und mein Großvater haben für mich gefastet. Sie beteten, dass ich zurückkehre oder zumindest zur Besinnung komme.

Dr. Jenae Nelson: 00:51:00 mit diesem wirklich destruktiven Verhalten aufzuhören, das ich an den Tag legte. Das war, als ich 14 war. Mir sind immer noch eine Menge schlimmer Dinge passiert. Aber zwei Jahre später, zwei Jahre nach dem Fasten, versetze ich mich in die Lage meiner Mutter und denke: Wow, ich habe gefastet und es hat zwei Jahre gedauert, bis etwas passiert ist. Aber als ich 16 war, fand ich durch eine Reihe von Ereignissen heraus, wer mein Vater war, und mein Vater war zufällig ein gläubiger Heiliger der Letzten Tage und hatte eine wunderbare Frau geheiratet, mit der er sechs Kinder hatte, und sie lebten in Utah. Ich lebte zu dieser Zeit in Washington. Ich konnte nicht glauben, dass er bereit war, seinen Ruf aufs Spiel zu setzen, um in mein Leben zu treten, denn stellen Sie sich vor, Sie könnten den Leuten in Ihrer Gemeinde sagen: Oh, ich habe herausgefunden, dass ich eine 16-jährige Tochter habe, die ich vor meiner Ehe hatte.

00:52:07 Das war ihm egal. Er wollte wirklich das Richtige tun. Er wollte das Richtige für mich tun, und als ich sah, was er bereit war, für mich zu tun, wurde ich zum ersten Mal seit langer, langer Zeit offen für Gott und dafür, dass Gott real ist und dass er mich liebt, und mein Vater sprach so offen über seinen Glauben. Das tat auch meine Stiefmutter. Sie waren erstaunliche Vorbilder für

mich. Ich fing an zu denken, dass an dieser Sache mit Gott vielleicht doch etwas dran ist. Vielleicht gibt es Gott doch, denn für meinen Vater war es ein wunderbares Ereignis. Ich wuchs ganz ohne Vater auf, aber dann trat plötzlich dieser Mann, mein Vater, in mein Leben. Er kümmerte sich um mich. Er wollte in mein Leben einbezogen werden. Das hat mein Weltbild völlig verändert. Dadurch sah ich die Dinge durch die Brille, dass es vielleicht doch einen Gott gibt. Ich habe für mich selbst entschieden, niemand hat mir gesagt, dass ich das tun soll. Ich beschloss, dass ich beten und herausfinden wollte, ob es Gott wirklich gibt, und ich bekam eine sehr reale Antwort auf mein Gebet. Und ein Licht begann in mein Leben einzutreten, so wie wir es in Helaman bei Nephi und Lehi sehen, wie sie von Feuer umringt waren. Ich war symbolisch von Feuer umgeben, und die Wolke der Finsternis, die mein Leben völlig vernebelt hatte, brach auf. Von da an sagte ich Gott, dass ich mein Leben ihm widmen würde, wenn er sich mir zeigen würde und wenn er real wäre, und das habe ich getan. Aber ich habe meiner Mutter einen gehörigen Schrecken eingejagt und die Menschen in meinem Leben, die mich liebten, meine Familie, waren aus gutem Grund so besorgt um mich, aus wirklich gutem Grund, aber ich muss ein paar Dinge sagen.

00:54:08 Erstens gab es bestimmte Menschen, die mich nie aufgegeben haben. Egal, was ich anhatte, egal, wie ich sprach, egal, was ich mit meinem Leben anstellte, sie liebten mich bedingungslos, eine Familie, die das für mich tat, und Freunde, und dann gab es andere, die mich anders behandelten. Ich wusste, dass sie mich nicht liebten und dass es ihnen egal war. Ich hatte auch verschiedene Leiter, die unterschiedlich mit mir umgingen. Ich hatte eine Leiterin, eine unglaubliche Leiterin, die mich abholte, weil sie wusste, dass meine Mutter mich nicht mitnehmen konnte. Sie holte mich ab und brachte mich zu Young Women's, und das war der einzige Grund, warum ich ein Jahr lang zu Young Women's ging, und das war das Jahr, in dem diese Leiterin in meinem Leben war, bevor wir umzogen, und es war unglaublich, dass sie das tat.

00:54:59 Sie hat nicht geurteilt. Sie hat nichts darüber gesagt, was ich anhatte. Sie sagte nichts über das, was ich tat. Sie holte mich ab und liebte mich, und das bedeutete so viel, weil es eine einfache Sache ist. Ich hatte keine Mitfahrgelegenheit, aber sie war bereit, mich mitzunehmen, und ich hatte andere Leute, die mich wie ein Projekt behandelten. Sie haben sich nicht die Zeit genommen. Sie haben das Ding einfach auf der Veranda abgestellt und sind gegangen, und ich will hier niemandem ein schlechtes Gewissen machen, denn ich habe das Gleiche getan. Es ist so viel einfacher, etwas auf der Veranda abzulegen, als

tatsächlich an die Tür zu klopfen und mit leeren Händen, aber vollem Herzen zu kommen. Es ist völlig in Ordnung, mit leeren Händen, aber mit vollem Herzen bei jemandem anzuklopfen, denn derjenige weiß, dass du ihn liebst, dass er dir am Herzen liegt, an der Art, wie du ihn ansiehst, wie du ihm in die Augen schaust, wie du ihm die Hand reichst - all diese Dinge zeigen, dass ich dich liebe. Mein Rat ist, dass man mit Liebe nie etwas falsch machen kann. Mit Wärme kann man nie etwas falsch machen. Wenn die Menschen zurückkommen und die Liebe des Erlösers nicht spüren, dann machen wir es nicht richtig. Es geht nicht nur darum, unsere Plätze zu füllen, sondern auch darum, die Herzen der Menschen zu füllen, die auf diesen Plätzen sitzen. Wir müssen die Liebe teilen, oder wir machen es falsch. Das letzte, was ich aus meiner Erfahrung sagen möchte, ist, dass ich hoffe, dass die Menschen daraus lernen können und dass auch wir von Helaman lernen: Gib niemals auf. Gebt sie niemals auf. Der Herr gibt uns nie auf, und die Menschen, die ich in meinem Leben kennen gelernt habe, haben mich nie aufgegeben, und so möchte ich auch für andere Menschen sein. Ich möchte immer an die Menschen glauben. Ich möchte sie lieben. Ganz gleich, ob sie Mitglied der Kirche sind oder nicht, ob sie Dissidenten, Nephiten oder Lamaniten sind, was auch immer es ist, was auch immer der Unterschied ist, am Ende sind wir alle Kinder Gottes, und es liegt in unserer Verantwortung, uns gegenseitig so zu behandeln.

00:57:09 Und das Einzige, was die Menschen zurückbringt, ist nicht Schuld. Das Einzige, was die Menschen wirklich zurückbringt, und das führt uns direkt zu Helaman 5:12, ist, die Menschen durch die Liebe Gottes zu ihrem Retter zu bringen, sie zum Felsen zu führen. Das ist der einzige Weg, und das ist der einzige Weg, unsere Jugend stark zu halten, und es ist der einzige Weg, die Menschen wirklich zurückzubringen und sie zu studieren, sie im Glauben zu erziehen, indem wir unsere Liebe mit ihnen teilen und ihnen unsere Herzen auf eine Weise öffnen, die völlig echt und real ist.

00:57:47 Das ist mir zum ersten Mal aufgefallen, als ich das Buch letztes Jahr mit meiner Familie gelesen habe. Mir war nie diese große Wiederkunft aufgefallen, von der die Rede ist, wenn sie anfangen, den Andersdenkenden zu predigen, kurz bevor diese Ereignisse eintreten, bei denen Christus kommt und es diese große Wiederkunft gibt. Das war mir vorher noch nie aufgefallen. Es gab mir so viel Hoffnung, aber es sagt mir, dass wir in den letzten Tagen einen einzigartigen Dienst haben, nicht nur, um Israel zu sammeln, für diejenigen, die noch nie Mitglied waren, sondern wir haben einen Dienst unter den Andersdenkenden. Dieses Wort scheint etwas hart zu sein, aber

um die Sprache des Buches Mormon zu gebrauchen: Wir haben einen Dienst an unseren Lieben, die uns verlassen haben. Ich würde sagen, dass wir die Engel, die Gott schicken wird, nicht unterschätzen sollten. Ich möchte diese Analogie hier in Helaman verwenden, wo wir Nephi und Lehi im Feuer haben. Nephi und Lehi sind zwar im Gefängnis, aber sie sind zur richtigen Zeit am richtigen Ort.

00:58:45 Gott braucht sie dort. Auch wenn die Umstände, die sie zur richtigen Zeit an den richtigen Ort gebracht haben, nicht unbedingt günstig waren, so sind sie doch genau dort im Gefängnis, wo der Herr sie braucht, und deshalb hat er sie dort untergebracht. In Vers 27 hier in Kapitel fünf heißt es: "Und siehe, die, die im Gefängnis waren, waren Lamaniten und Nephiten, die abtrünnig waren." Hier habe ich darüber gesprochen, dass wir diesen großen Diskurs über Andersdenkende haben, wie man mit Leuten umgeht, die die Kirche verlassen haben. Hier kommt die geistliche Analogie. Dann heißt es, dass sie von einer Wolke der Finsternis überschattet wurden, und wir können das bei unseren Lieben sehen, und ich habe das auch erlebt. Ich habe selbst seit meiner Bekehrung viele Wolken der Finsternis erlebt, aber das ist der Teil, den ich wirklich, wirklich cool finde. Ich möchte gleich auf den Teil über den Heiligen Geist zurückkommen, aber hier unten in Vers 36 heißt es, dass es... Schauen wir mal. Nein, Vers 35.

00:59:42 "Es war einer unter ihnen, ein gebürtiger Nephit, der einst der Kirche Gottes angehört hatte, aber von ihr abtrünnig geworden war, und es geschah, daß er sich umwandte", und das ist, während die Wolke über ihnen ist und alle im Gefängnis Angst haben, und Nephi und Lehi von Feuer umgeben sind, und es heißt, er sah diesen gebürtigen Nephiten, der abtrünnig geworden war. "Er sah durch die Wolke der Finsternis hindurch die Gesichter von Nephi und Lehi, und siehe da, sie leuchteten so hell wie die Gesichter von Engeln." Ich würde sagen, dass Sie die Engel, die der Herr in das Leben der Menschen schickt, die Sie lieben und die aus der Kirche ausgetreten sind, nicht unterschätzen sollten, und dass Sie keine Angst haben sollten, der Engel von jemandem zu sein. Meine Großmutter und mein Großvater sind zur Kirche konvertiert, und einige ihrer Kinder sind stark im Glauben geblieben, aber viele von ihnen haben die Kirche schließlich verlassen.

01:00:37 Eine von ihnen hatte eine Tochter, meine Cousine, eine wunderbare, wunderbare Person, die vor ein paar Jahren an Mukoviszidose gestorben ist. Als ich sie besuchte, beschlossen meine Tante und ich, zur Gemeinde zu gehen, zur Gemeinde

meiner Tante, und als wir dort waren, gaben wir der FHV-Leiterin ihren Namen und ihre Nummer, damit die FHV-Leiterin wusste, hey, ihr habt hier ein Mitglied in eurer Gemeinde, von dem ihr vielleicht nichts wisst. Wir gaben ihnen ihre Daten, aber meine Cousine war kein getauftes Mitglied, sie war nie Mitglied, aber sie wiesen meiner Tante eine dienende Schwester zu. Zu der Zeit gab es noch Besuchsunterricht. Sie wiesen ihr eine Besuchslehrerin zu. Ihr Name war Mary Stark, und diese Besuchslehrerin war der mutigste Engel, den Sie je kennengelernt haben. Sie begann, dorthin zu gehen und kam mit dem Brot, klopfte an die Tür und bat sich selbst herein.

01:01:35 Sie kam so oft vorbei, dass meine Tante und ihr Mann, mein Onkel, sie hereinließen und sie sich mit ihnen anfreundete. Sie lud meine Cousine ein, in die Singlebörse in dieser Gegend zu gehen, und meine Cousine begann, die Singlebörse zu besuchen, obwohl sie kein Mitglied war. Dieser Engel in unserer Familie, der für uns ein absoluter Engel ist, ging in ein Heim, in das andere Menschen vielleicht nicht gegangen wären, aber sie war mutig und tat es, und sie tat es mit Liebe, mit echter Fürsorge. Sie kümmerte sich wirklich um meine Tante und meinen Cousin. Meine Cousine begann, etwas anderes zu spüren. Sie bemerkte, dass die Menschen in der Einzelzimmerabteilung, in die sie ging, hell waren und ein Ziel und eine Richtung in ihrem Leben hatten, und dann verglich sie sie mit ihren anderen Freunden, die schlechte Angewohnheiten hatten und irgendwie ziellos waren, und sie konnte in diesem Kontrast einfach das Licht und die Dunkelheit sehen.

01:02:32 Mein Cousin ließ sich schließlich aufgrund der guten Arbeit dieser dienenden Schwester taufen. Ich bin Mitglied der Kirche, aber mir wurde klar, dass ich nicht derjenige gewesen sein kann, der das getan hat. Auch keiner der Cousins oder Tanten oder Onkel war in der Lage, meine Cousine in den Glauben zu bringen, den wir versucht hatten. Wir waren gute Vorbilder, aber es war die Liebe einer dienenden Schwester, die meinen Cousin zum Glauben gebracht hat, und ich werde Mary Stark immer zu Dank verpflichtet sein. Sie ist eine unglaubliche Frau, und ich habe immer geglaubt, dass sie schon vorher einen Dienst getan hat. Es war der höhere und heiligere Weg, als sie die Lehre besuchte. Das hat sie getan. Vernachlässigen Sie nicht die Engel, die in das Leben Ihrer Lieben gesandt werden.

John Bytheway: 01:03:17 Perfekt.

Hank Smith: 01:03:19 Wow.

John Bytheway:	01:03:20	Wissen Sie, was mir an dieser Geschichte, die Sie gerade erzählt haben, so gut gefällt, ist, dass Aminadab, der ein Abweichler war, der nicht zur Kirche gehörte, genau wusste, was zu tun war. Er kannte das Evangelium gut genug. Er kannte es so gut, dass er in Vers 40, den ich immer geliebt habe, weil es viele Menschen gibt, die vielleicht keine physische Wolke der Finsternis haben, aber vielleicht eine emotionale, die so real ist, dass sie sich wie eine physische Wolke der Finsternis anfühlt. Und sie stellen sich die Frage: Wie kann ich diese Wolke der Dunkelheit von mir entfernen? Aminadab, und wenn ihr mich anschaut und die, die auf Video zusehen, wenn ich über Aminadab spreche, mache ich immer dies, Aminadab so. Der Tupfer. Ich glaube, er hat den Tupfer erfunden, aber Aminadab, seht euch das an, die Lehre Christi. Tut Buße. Schreit zu der Stimme, bis ihr an Christus glaubt, wie es euch Alma der Jüngere, Amulek, der unter seinen Privilegien lebte, und Zeezrom, der fragende Anwalt, gelehrt haben. Alle drei Männer hatten eine interessante Vergangenheit.
Dr. Jenae Nelson:	01:04:32	Ich liebe das.
Hank Smith:	01:04:32	Andersdenkende, ja.
Dr. Jenae Nelson:	01:04:32	In Vers 43 sehen wir, wie Nephi und Lehi, die Propheten, von Feuer umgeben sind, von einem erstaunlichen Feuer und Licht, das die Propheten umgab. Es war nicht nur für die Propheten. In Kapitel 43 heißt es: "Und siehe, wir sahen, dass sie von einer Feuersäule umgeben waren, und zwar jede Seele." Diese Feuersäule, dieses unglaubliche Zeugnis gilt nicht nur für die Propheten und Apostel. Wir können dieselben Zeugen und dasselbe Licht in unserem Leben haben.

John Bytheway:	00:01	Willkommen zum zweiten Teil mit Dr. Jenae Nelson, Helaman Kapitel eins bis sechs. Helaman 3, die Zusammenfassung ist wirklich gut: "Die Nephiten wandern in das Land im Norden. Sie bauen Häuser aus Zement." Als das Buch Mormon veröffentlicht wurde, war das ein Anachronismus. Jetzt ist es ein Beweis. "Zehntausende bekehren sich und lassen sich taufen. Das Wort Gottes führt zur Errettung." Ich meine, das ist zu gut. Gegen Ende von Helaman 3 kommen einige wirklich großartige Verse, und das ist keine Handlung. Das sind großartige Lehren, also werde ich Jenae gegen Ende von Helaman 3 auf diese Verse eingehen lassen.
Dr. Jenae Nelson:	00:38	Ich liebe das. Ich habe erwähnt, dass ein Freund von mir aus Baylor, der kein Mitglied der Kirche ist, an der Lektüre teilgenommen hat und mir dann Feedback zu den Bibelstellen gegeben hat. Es war wirklich großartig, seine Perspektive zu sehen. Er wies darauf hin, beginnend mit 27: "So sehen wir, dass der Herr barmherzig ist zu allen, die aufrichtigen Herzens", da ist wieder das Herz, "seinen heiligen Namen anrufen. Jawohl. So sehen wir, dass die Pforte des Himmels allen offen steht, auch denen, die an den Namen Jesu Christi glauben, der der Sohn Gottes ist. Ja, wir sehen, dass jeder, der will, sich an das Wort Gottes halten kann", und es geht weiter. "Das Wort Gottes ist schnell und mächtig, es kann die List und die Schlingen und die Tücken des Teufels zerteilen.
	01:24	Aber er wies mich darauf hin, dass dies wirklich inklusiv ist. Dies ist eine inklusive Eschatologie, und Sie haben die Vorstellung, dass sie für alle offen ist. Es ist für alle verfügbar. Es geht nicht nur um die Auserwählten und die Auserwählten. Sondern für alle, die es wollen. Daran glauben wir. Es ist so gut, nicht wahr? Jeder, der möchte, ist eingeladen. Das liebe ich an unserem Glauben. Ich liebe es, dass dies die Art von Gott ist, der ich diene, die Art von Gott, die sagt: "Jeder ist willkommen. Jeder ist eingeladen."
Hank Smith:	01:53	Kapitel drei fühlt sich so echt an, weil man denkt: "Wow, alles ist so toll." Nun, eigentlich ist es nicht so toll. Es gibt überall

		diese Probleme, aber in Wirklichkeit ist alles großartig. Die Hohepriester, so heißt es, sind über alle Maßen erstaunt, wie gut es der Kirche geht, wie sie gedeiht. Und doch hält uns Mormon auf dem Laufenden: "Nun, es gibt hier ein paar Streitigkeiten, dort ein paar Streitigkeiten, hier ein bisschen Krieg, dort ein bisschen Stolz."
Dr. Jenae Nelson:	02:26	Ich habe das Gefühl, dass es genau das ist, was jetzt passiert. Es gibt viele Menschen, die verzweifelt sind und sich fragen, wie gefährlich unsere Zeit ist. Die Menschen sagen das schon seit langem, aber in unseren Tagen fühlt es sich besonders real an. Die Dunkelheit fühlt sich dunkler an als je zuvor. Der Grund, warum wir uns in schweren Zeiten freuen können und trotz des ganzen Chaos, das um uns herum herrscht, diese Art von Freude und Glück empfinden können, liegt in der Freude und dem Frieden, die wir im Evangelium haben. Dieser Kontrast, den uns Mormon lehrt, erweitert das Prinzip, dass es in allen Dingen Gegensätze gibt. Wenn es also viel Dunkelheit und Schlechtigkeit gibt, kann man darauf wetten, dass gleichzeitig auch viel Gerechtigkeit und viel Licht wächst.
	03:12	Ich bin ganz aufgeregt, wenn Präsident Nelson sein berühmt-berüchtigtes Zitat gesagt hat, dass wir von jetzt an bis zum Kommen des Herrn die größten Wunder erleben werden. Weil wir in einer so dunklen Zeit leben, dürfen wir auch an diesem unglaublichen Werk teilnehmen, bei dem wir die unglaublichsten Wunder sehen, die es je gegeben hat, und es ist real. Es geschieht gerade jetzt, und ich möchte an den Wundern teilhaben. Ich möchte Teil dieser Tugendbildung und des Kommens zu Christus sein und Menschen und Teil der Versammlung, der größten Arbeit, die wir je hatten. Das ist der Teil, auf den ich mich in den letzten Tagen konzentrieren möchte.
	03:48	Ich will mich nicht auf das ganze Chaos konzentrieren, das es sicherlich gibt, und auf die gefährlichen Zeiten, in denen wir uns befinden, aber man kann wirklich schnell die Hoffnung verlieren, wenn man sich nur darauf konzentriert. Wenn du deine Augen nicht auf Christus richtest, entgehen dir all die Wunder und das unglaubliche Werk, an dem wir heute teilnehmen können.
Hank Smith:	04:12	Wow! Ich liebe es, wie du das gesagt hast. Das ist... Heute sind die Dinge erstaunlich, und die Dinge sind dunkel.
Dr. Jenae Nelson:	04:18	Ein interessanter Leckerbissen aus der Psychologie ist, dass unser Gehirn so verdrahtet ist, dass negative Ereignisse mehr Gewicht in unserem Gedächtnis haben. Wir erinnern uns mehr

an sie, und deshalb braucht es fünf Komplimente, um eine Kritik rückgängig zu machen. Es ist keine genaue Zahl, aber Sie verstehen, worum es geht. Negative Dinge bleiben stärker in unserem Gedächtnis haften, so dass es uns heutzutage viel leichter fällt, uns auf all die negativen Dinge zu konzentrieren, die wir in den Nachrichten hören, und auf all die schlechten Dinge, die uns in den sozialen Medien oder sonst wo begegnen. Es ist so viel einfacher, nur das zu sehen, aber dann verpasst man die Freude über die laufende Wiederherstellung. Man verpasst die Wunder, die vom Himmel herabströmen.

04:57 Präsident Nelson hat uns gesagt, dass der Himmel offen ist. Wir dürfen ein Teil davon sein. Es ist aufregend. Es ist glücklich. Wir müssen in den letzten Tagen nicht mehr traurig und verzweifelt herumlaufen. Wir können Freude, Glück und Frieden finden. Präsident Nelson sagt uns all diese Dinge, dass dies möglich ist. Eine weitere Sache, auf die ich in diesem Kapitel hinweisen möchte, vor allem im Hinblick auf den Zyklus des Stolzes, ist die Tatsache, dass zur gleichen Zeit, in der der Stolz in der Kirche wächst, auch die Demut in der Kirche wächst. So heißt es in Vers 35,3: "Und sie fasteten und beteten oft und wurden immer stärker in ihrer Demut, das ist das Gebäude, das in dem Herrn wächst und immer fester wird im Glauben an Christus, bis ihre Seelen mit Freude und Trost erfüllt werden, ja bis zur Reinigung und Heiligung ihrer Herzen, welche Heiligung dadurch kommt, dass sie Gott ihr Herz übergeben."

05:58 Wenn wir also zum Herzen, zum Zentrum zurückkehren, dann brauchen wir diese Art von Demut, in der wir erkennen, dass unser himmlischer Vater ein guter Vater ist und dass er uns all die guten Dinge in unserem Leben gibt. Wir zeigen Dankbarkeit. Wir spüren, dass wir ihm etwas schuldig sind. All diese Dinge können unsere Demut fördern und aufbauen.

Hank Smith: 06:23 Es ist einer dieser Verse, der sogar eine schöne Kadenz hat. Sie haben hier Dankbarkeit erwähnt. Das Wort Dankbarkeit kommt in Vers 35 nicht vor, aber man kann es definitiv in Vers 35 in der Demut und der Erfüllung ihrer Seelen mit Freude und Trost sehen. Sie wollen geheiligt werden. Was haben Sie also über Dankbarkeit und Religiosität herausgefunden? Dies ist ein wichtiger Teil Ihrer Forschung.

Dr. Jenae Nelson: 06:45 Das ist gerade jetzt sehr relevant, denn selbst wenn man das mit den Menschen hier im Buch Mormon vergleicht, den Nephiten, die mit Stolz kämpfen, kämpfen sie mit dem Anspruch. Sie haben all diese Reichtümer. Ihr Wohlstand wächst auf weltliche Art und Weise. Mit dieser Art von Wohlstand geht oft auch Anspruch und Undankbarkeit einher. Die Menschen

erwarten bestimmte Dinge. Das ist oft der Grund, warum arme Menschen die glücklichsten Menschen der Welt sind, weil sie so dankbar für alles sind, was sie bekommen. Sie haben keinen Anspruch darauf. Sie haben nicht die Erwartung, dass sie bestimmte Dinge bekommen sollten. Deshalb habe ich angefangen, mich mit der Verschuldung bei Gott zu beschäftigen. Ich habe eine Seite aus der Predigt von König Benjamin genommen, denn er spricht darüber, dass wir Gott ewig verpflichtet sind.

07:31 Das ist es, was er den Menschen kurz vor der Massenbekehrung mitteilt: die Idee, dass alles, was man hat, von Gott kommt, dass man sich dessen bewusst ist und versteht, dass man Gott niemals alles zurückzahlen kann, was er einem gegeben hat. Er ist zu gut. Du darfst dem Herrn niemals zuvorkommen, denn dann wird er dich sofort segnen. Mit dem Herrn kann man nicht gleichziehen, und so soll es auch nicht sein. Er möchte eine asymmetrische Beziehung zu uns haben, weil er uns liebt. Wir sind seine Kinder. So funktioniert es mit einem Vater und seinen Kindern, dass er diese Segnungen ausschüttet. Wenn Sie einmal die Erkenntnis haben: "Wow, Gott hat so viel für mich getan", bereitet das Ihr Herz darauf vor, demütig zu sein.

08:13 Ich bin mir sicher, dass ihr auch schon diese Erkenntnis hattet: "Ich schaffe es nicht von allein in den Himmel. Ich bin zu sündig." Wir sind alle zu sündig. Jeder von uns macht Fehler. Wir leben in dieser gefallenen Welt. Wir werden es nie aus eigener Kraft schaffen, aber Gott gibt uns großzügig, und das sollte uns so dankbar machen, dass er bereit ist, mit uns in einer Beziehung zu bleiben. Wir werden niemals nützliche Diener sein. Die Heilige Schrift sagt, dass wir unrentable Knechte sind, aber darum geht es nicht. In der Beziehung geht es um Liebe. Wir wollen, dass unsere jungen Leute das erkennen. Wir wollen, dass unsere jungen Leute nicht versuchen, sich ihren Weg zur Erlösung zu verdienen, aber wir wollen auch nicht, dass sie sich berechtigt fühlen. Wenn ich diese Dinge tue, sollte ich in der Lage sein, dies und jenes und diesen Segen von Gott zu bekommen.

09:01 Dankbarkeit ist die Anerkennung des Gefühls: "Ich bin von Gott abhängig. Ich brauche ihn. Ich brauche Jesus Christus in meinem Leben. Ohne ihn schaffe ich es nicht." Das ist ermutigend, denn er will, dass wir Erfolg haben. Ich habe eine Reihe von BYU-Studenten befragt, als ich über Verschuldung recherchiert habe. Ich habe einen von ihnen gefragt. Ich werde nie vergessen, was er sagte: "Was denken Sie darüber, Gott gegenüber verschuldet zu sein? Ist Ihnen das unangenehm?" Wenn wir an Verschuldung denken, ist es uns normalerweise unangenehm,

		Schulden zu haben. Wir denken: "Oh, ich will sie abbezahlen. Ich will nicht mehr verschuldet sein." Also fragte ich ihn: "Was hältst du davon, bei Gott verschuldet zu sein?" Der junge Mann sagte: "Ich finde es toll, dass ich bei Gott verschuldet bin, denn er ist derjenige, dem ich dienen möchte. Er ist ein guter Herr. Er ist der beste Herr, und ich möchte ihm dienen."
	09:51	Dieser junge Mann hatte so viel Demut, und ich erkannte, dass es Demut braucht, um die Güte Gottes in deinem Leben zu akzeptieren. Man muss demütig sein, um zu sagen: "Ich schaffe es nie allein", aber dass man dieses Opfer wert ist, weil Gott einen liebt und will, dass man Erfolg hat. Mein Sohn ist gerade auf einer Missionsreise in Brasilien. Er unterrichtet eine Neubekehrte. Sie hat mit dem Beten angefangen, aber vor ein paar Jahren hatte sie einen schweren Unfall, bei dem sie sich das Bein verletzte, und sie hatte große Rückenprobleme. Deshalb war sie nicht in der Lage, sich hinzuknien und zu beten. Diese bescheidene, demütige Frau wünschte sich nichts sehnlicher, als auf die Knie gehen zu können, um zu ihrem himmlischen Vater zu beten. Eines Tages war mein Sohn bei ihr zu Hause.
	10:46	Er wurde Zeuge eines Wunders, bei dem diese Frau zum ersten Mal seit Jahren wieder auf die Knie gehen konnte und ein Gebet sprach. Er sagte, dass dieses Gebet so süß war. Die Demut, der Wunsch, vor ihrem Schöpfer auf die Knie zu gehen, hat sein Leben so sehr verändert. Als er mir die Geschichte erzählte, habe ich das gespürt. Ich spürte ihren Glauben. Ich spürte ihre Demut. Manchmal schaffe ich es nicht einmal, mich aus dem Bett zu wälzen, um mein Nachtgebet zu sprechen. Ich bin so dankbar für die demütigen und sanftmütigen Nachfolger des Lammes, wie es in diesen Bibelstellen heißt. Das ist ein schönes Beispiel für mich.
Hank Smith:	11:25	Jenae, kann ich mit einer Frage anknüpfen? Also, Dankbarkeit führt zu Wohlbefinden. Ich möchte das. Ist es Teil Ihrer Forschung, zu lehren: "Wie kann ich dankbarer sein? Ich möchte dankbarer sein. Können Sie mir beibringen, wie ich dankbarer sein kann?"
Dr. Jenae Nelson:	11:40	Ganz genau. Ich bin so froh, dass Sie diese Frage gestellt haben. Es gibt verschiedene Arten von Dankbarkeit, was die Leute überrascht, wenn man darüber spricht. Es gibt die Dankbarkeit, die man in den sozialen Medien sieht, wo man mit Hashtags gesegnet ist. Man gibt damit an: "Oh, ich habe diesen neuen Tesla #blessed", und es geht um die eigenen Sachen. Du zeigst: "Seht, wie gesegnet ich bin." Das ist Selbstvermarktung und es geht nur um dein Zeug, und das nennen wir oberflächliche

Dankbarkeit. Es gibt keinen Wohltäter. Es gibt keinen anderen Geber als das eigene Ich. Man gibt mit dem an, was man hat, und oft schreiben unsere Kinder an Thanksgiving oder zu anderen Anlässen ihre kleine Dankbarkeitsliste, auf der sie die Dinge aufschreiben, für die sie dankbar sind.

12:24 "Hier sind all die Sachen, die ich habe." Der Grund, warum das problematisch ist, liegt darin, dass man den Sinn der Dankbarkeit verfehlt, wenn man nur die Dinge aufzählt, die man hat, und nicht den Geber der guten Gaben nennt. Wir wollen, dass unsere Kinder diese Art von Dankbarkeit entwickeln, diese reiche Dankbarkeit, bei der man auf den Geber schaut. Sie erkennen an: "All diese guten Dinge, die ich habe, stammen von Gott." König Benjamin lehrt uns wirklich, wie man das macht. Er gibt uns unseren eigenen Atem. Es gibt nichts, was wir aus eigenem Verdienst bekommen können. Wir müssen bei unseren Kindern darauf achten, dass sie beim Schreiben ihrer Dankbarkeitsliste oder bei jeder Art von Dankbarkeitsübung fragen: "Woher kommt das? Wer hat dir das gegeben?" Denn Dankbarkeit soll ja pro-sozial sein.

13:19 Das bedeutet, dass sie die Menschen dazu motivieren soll, Beziehungen aufzubauen. Wir haben die Dankbarkeit für uns beansprucht. Die positive Psychologie hat sich die Dankbarkeit als therapeutische Intervention zu eigen gemacht, damit sich der Einzelne gut fühlt, und das tut er auch. Sie funktioniert. Man fühlt sich gut dabei, aber die eigentliche Funktion der Dankbarkeit ist es, Beziehungen aufzubauen. Also: "Du hast diese Sache für mich getan. Ich erkenne an, dass du das für mich getan hast. Ich danke dir. Jetzt möchte ich etwas Nettes für dich tun", und so entsteht eine Beziehung des Gebens und Nehmens, und es wird ein weiterer Tugendkreislauf, in dem wir innerhalb der Beziehung Liebe aufbauen, weil wir die guten Dinge anerkennen, die andere für uns getan haben. Das kann in unseren Beziehungen zwischenmenschlich sein, von Mama und Papa. Es kann von Lehrern sein.

14:08 Es gibt alle möglichen Menschen, die unseren Kindern etwas geben, die sie auf die Menschen in ihrem Leben hinweisen, die sie segnen, und dann ist es natürlich wichtig, dass wir in unseren Gebeten nicht nur auswendig sprechen: "Danke für unser Zuhause. Danke für unser Essen." Nehmen Sie sich in Ihrem Gebet wirklich einen Moment Zeit und denken Sie an etwas, das Gott heute für Sie getan hat. Denken Sie an etwas, das vielleicht einzigartig an diesem Tag war, und schreiben Sie das auf. Präsident Eyring sagt, dass er jeden Tag etwas in sein Tagebuch schrieb, was Gott für ihn getan hat. Das ist eine erstaunliche Dankbarkeitsübung, und das baut nicht nur Beziehungen auf,

		sondern wenn Sie das tun, wenn Sie die Hand des Herrn in Ihrem Leben erkennen, bauen Sie Ihr Zeugnis auf, und das kann zur Grundlage des Zeugnisses werden, wenn Sie auf Jesus Christus und den himmlischen Vater als die Quelle der guten Dinge in Ihrem Leben schauen und nicht auf Sie als Quelle.
	14:59	In Helaman sehen wir dies... Der Grund, warum der Reichtum zu einem Problem wurde, ist, dass es heißt, dass sie daraus Götzen machten. Sie fingen an, ihre Dinge anzubeten, anstatt den Gott anzubeten, der der Geber der guten Dinge ist.
Hank Smith:	15:15	Das habe ich schon mal gehört. In unserer Zeit lieben wir Dinge und benutzen Menschen, obwohl wir Menschen lieben und Dinge benutzen sollten. Sie sind der Experte für Dankbarkeit. Sie haben sie studiert. Wie üben Sie das?
Dr. Jenae Nelson:	15:32	Da es sich um einen Kreislauf der Tugendhaftigkeit handelt, beginnt man mit etwas Konkreterem, wie Präsident Eyring es tat: "Jeden Tag werde ich etwas aufschreiben, was der Herr für mich getan hat", und dann werde ich an drei Dinge denken, die andere Menschen für mich getan haben. Dann überlege ich mir, was ich für andere Menschen tun kann. Das ist eine wechselseitige Beziehung, ich empfange also. Wie kann ich nun geben, so dass Dankbarkeit tugendhaft wird, denn es geht nicht darum, dass man Dankbarkeit empfindet, sondern darum, dass man Dankbarkeit ausdrückt. Das kann eine sehr konkrete Praxis sein, wie z.B. ein Tagebuch oder ich schreibe diese Woche fünf Leuten eine SMS und bedanke mich für etwas, das sie getan haben und das mir geholfen hat.
	16:08	Aber mit der Zeit wird es zur zweiten Natur, denn wenn man es absichtlich tut, egal ob man ein Tagebuch schreibt, SMS schreibt oder Dankesbriefe verfasst, solange man es zwischenmenschlich tut, wird es zur Gewohnheit, so dass es zu einem Filter wird. Im Moment habe ich keine Dankbarkeitspraxis. Jahrelang hatte ich eine. Ich hatte ein Tagebuch, in dem ich Dinge aufgeschrieben habe, aber jetzt ist es Teil meines Charakters geworden, in dem Sinne, dass ich Menschen wahrnehme, aber man muss mit der Gewohnheitsbildung beginnen, mit der konkreten Praxis. So entstehen oft Gewohnheiten, aber dann wird aus der Gewohnheit ein Charakter, und jetzt ist es ein Filter, durch den ich die ganze Welt betrachte. Ich sehe alles als ein Geschenk und nicht als etwas, das ich hätte bekommen sollen oder als etwas, das ich verdient habe. Ich denke einfach: "Wow, das hätte nicht passieren müssen."
Hank Smith:	16:58	Ich liebe es, wenn unsere Gäste, John, mir neue Einsichten eröffnen, über die ich noch nie nachgedacht habe. Dankbarkeit

		stärkt Beziehungen. Wir alle wollen stärkere Beziehungen zu unseren Kindern, zu unserem Ehepartner, zu Gott, zu unseren Freunden, zu unserer Gemeinde. Dankbarkeit ist, wie haben Sie es genannt, pro-sozial?
Dr. Jenae Nelson:	17:16	Prosozial, ja, das sollte es sein. Ist es aber nicht immer. Deshalb sage ich ja, dass es zwei verschiedene Arten gibt. Es gibt eine oberflächliche Dankbarkeit, die nur für das eigene Ich ist, und dann gibt es diese andere Dankbarkeit, die beziehungsorientiert und tugendhaft ist und aufbaut. Sogar innerhalb dieser verschiedenen Charaktereigenschaften sehen wir diese beiden unterschiedlichen Zyklen, den tugendhaften und den lasterhaften Zyklus, und der Fokus liegt fast immer auf der Frage: "Schaust du nach außen und schaust du nach oben, oder konzentrierst du dich nur auf dich selbst und nur auf deine Bedürfnisse, oder schaust du nach außen, um andere zu erreichen?"
Hank Smith:	17:52	Nun, lassen Sie mich einfach sagen, dass ich für meine Co-Moderatorin dankbar bin. Ich bin dankbar für unseren Gast diese Woche, Jenae. Ich bin dankbar für unsere Produzenten. Wow, das funktioniert wirklich. Ich kann unsere Beziehungen spüren.
Dr. Jenae Nelson:	18:05	So ist es gut. So ist es gut.
John Bytheway:	18:06	Es gab eine Schwester. Ihr Name war Barbara Jones, und sie sprach immer bei der Education Week. Ich glaube, das war, bevor sie der Kirche beitrat, ich bin mir nicht sicher, aber sie trainierte die Miss-America-Kandidatinnen. Sie wurde dann eingestellt. Eine Sache, an die ich mich erinnere und die mich sehr interessierte, war, dass diese jungen Frauen einen Monat lang mit ihr verbrachten, um sich auf diese Wettbewerbe vorzubereiten, und eine ihrer Aufgaben bestand darin, dass sie jeden Tag fünf Dankesbriefe schreiben sollten, jeden Tag an andere Leute. Man könnte denken: "Was hat das mit irgendetwas zu tun?" Sie glaubte tatsächlich, dass es ihr Aussehen verändert, wenn sie freundlich sind. Wir alle kennen Moronis Versprechen in Moroni 10:4.
	18:52	Aber wenn Sie Moroni 10:3 vermissen, ist das wirklich cool, weil... Okay, wenn ihr diese Dinge erhaltet, ich umschreibe das, denkt daran, wie barmherzig Gott seit der Erschaffung Adams und bis zu dem Zeitpunkt, an dem ihr diese Dinge erhaltet, gewesen ist, und denkt in eurem Herzen darüber nach. Das Ergebnis davon ist Dankbarkeit, und dann bittet Gott. Dankbarkeit ist das Tor zur Offenbarung, denn Moroni sagt uns: "Denkt daran, wie barmherzig Gott von Anfang an war", und

womit würde euch das erfüllen? Dankbarkeit. Sie haben hier die Demut erwähnt, und ich habe das Gefühl, dass sie wie Zwillinge sind, denn Demut ist die Erkenntnis: "Ich bekomme Segnungen, die ich nicht verdient habe."

19:41 Darf ich noch etwas zu dem Wort am Ende von Vers 35 sagen: "Sie geben ihr Herz Gott hin"? Meine jüngste Tochter Bethany hat gerade ihren Führerschein gemacht. Was ist ein Vorfahrtsschild? Es ist kein Stoppschild, aber es sagt: "Lass den anderen Verkehr vor, ja? Lasst dem anderen Verkehr den Vortritt." Wenn Sie Präsident Nelson fragen, würde er vielleicht sagen, dass Vorfahrt bedeutet, Gott den Vortritt zu lassen.

Dr. Jenae Nelson: 20:10 Die Demütigen und Sanftmütigen fühlen sich wohl in ihrer Schwäche, denn sie wissen, dass in der Schwäche die Wunder geschehen. Schwachheit ist der Ort, an dem die Gnade in Christus in unserem Leben lebendig wird. Gott kann uns in unserer Schwäche gebrauchen. Das ist die Freude des Evangeliums. Ich erinnere mich, dass ich schon früh in meinem Zeugnis einige Dinge über Joseph Smith erfahren habe und dachte: "Oh Mann, ich weiß nicht, was ich davon halten soll." Das kann mir wie eine Schwäche vorkommen oder etwas, von dem ich dachte, Propheten müssten perfekt sein. Zu diesem Zeitpunkt war ich naiv und unreif in meinem Glauben, aber ich erkannte, dass der Geist mich lehrte: "Ist es nicht ein Wunder, dass der Herr uns in unserer Schwäche gebrauchen kann?" Es ist ein Wunder, dass der Herr schwache Dinge stark macht.

21:00 Noch etwas aus Kapitel drei, das wir über Wohlstand lernen können: Im selben Jahr gab es einen außerordentlich großen Wohlstand in der Kirche. Wir neigen dazu, automatisch an Geld zu denken, aber hören Sie sich an, was hier steht: "Es waren aber Tausende, die sich der Gemeinde anschlossen und sich auf die Buße taufen ließen. Und so groß war der Wohlstand der Gemeinde und so viel Segen, der über das Volk ausgegossen wurde, dass sogar die Hohepriester und die Lehrer selbst über die Maßen erstaunt waren." Darüber haben wir bereits gesprochen, aber in Kapitel 26 heißt es: "Und es geschah, dass das Werk des Herrn sich ausbreitete bis hin zur Taufe und Vereinigung mit der Gemeinde Gottes." Es gibt viele verschiedene Arten des Gedeihens, und hier sehen wir, dass es in der Anzahl der Seelen liegt. Das ist die beste Art des Gedeihens.

21:43 Wir wachsen im Herrn. Wir bringen mehr Menschen zu Christus. Das sollten wir im Auge behalten. Gut, wir haben das Konzept des Stolzzyklus eingeführt, dass es verschiedene Interpretationen von Wohlstand gibt, aber in Vers 12 in

		Helaman 4 heißt es wirklich, dass es wegen des Stolzes ihres Herzens war, wegen ihres übermäßigen Reichtums. An dieser Stelle wird der Reichtum problematisch. Es lag daran, dass sie die Armen unterdrückten, den Hungrigen ihre Nahrung vorenthielten, den Nackten ihre Kleidung vorenthielten und die demütigen Brüder auf die Wange schlugen, das Heilige verhöhnten, den Geist der Weissagung und der Offenbarung verleugneten, mordeten, plünderten, logen, stahlen, Ehebruch begingen und sich in großen Streitigkeiten erhoben. Wir haben hier also eine ganze Reihe von Lastern aufgezählt.
	22:28	Am Anfang stand ein wenig Stolz, wie wir bereits besprochen haben. Was ich wirklich interessant finde, ist, dass nicht nur der Stolz wächst, sondern dass die Nächstenliebe abnimmt. Ihr Herz war nicht auf Gott gerichtet. Ihr Herz war nicht bei ihren Mitmenschen. Ihr Herz war auf ihren Reichtum gerichtet. Später, in Kapitel sechs, heißt es, dass sie sich daraus Götzen machten. Es geht hier darum, dass es ihnen an Nächstenliebe mangelte. Wenn wir darüber sprechen, was in den Menschen vor sich geht, dann geht es nicht nur darum, dass der Stolz wächst, sondern dass die Nächstenliebe abnimmt.
Hank Smith:	23:00	Wow! Ein Gegenmittel gegen Stolz ist Demut, Liebe, Nächstenliebe, Dankbarkeit. Sie klingen wie Präsident Benson.
John Bytheway:	23:09	Apropos Präsident Benson: Stolz ist die universelle Sünde, und sie wird zuerst in Vers 12 und dann in dieser Wäscheliste aufgeführt. Ich habe das Gefühl, dass jede Sünde ihren Ursprung im Stolz hat, weil man sagt: "Ich will tun, was ich tun will." Das ist vielleicht der Grund, warum er ganz oben auf der Liste steht, und alles, was danach kommt, ist nur ein weiteres Aufflackern des Stolzes.
Dr. Jenae Nelson:	23:34	Manchmal verlieren Worte wie Stolz und Nächstenliebe, die wir im Evangelium häufig verwenden, ihre Bedeutung, weil wir sie so oft benutzen. Es hilft, Synonyme zu haben. So ist Egozentrik ein gutes Synonym für Stolz. Aus Selbstbezogenheit kann man eine Menge Dinge tun. Stolz kann nebulös werden. Was soll das bedeuten? Aber wir können unseren Dienst tun, weil wir von anderen Menschen gesehen werden wollen, um extrinsische Belohnungen zu bekommen. Man kann nicht egozentrisch sein und trotzdem im Herrn wachsen.
Hank Smith:	24:00	Das Zentrum des Universums-Syndroms. Jenae, du hast erwähnt, dass Helaman 5 das Juwel dieses Abschnitts ist.
Dr. Jenae Nelson:	24:08	Es ist wirklich ein Juwel. Ich bin so aufgeregt, nicht nur, weil ich leidenschaftlich für Jesus Christus als unser Fundament bin,

sondern auch wegen meiner Leidenschaft für die Propheten und die Apostel und seine wiederhergestellte Kirche. Ich bin so begeistert, von diesen anderen Teilen unseres Fundaments Zeugnis abzulegen. Unser letzter Konferenzvortrag von Elder Bednar hat uns wirklich gesegnet, denn er hat uns einige Dinge vor Augen geführt, die wir vielleicht noch nie bemerkt hatten, und er sagte, dass Christus der Fels ist, aber nicht das Fundament. Hat noch jemand gesagt: "Moment, habe ich all die Jahre nicht aufgepasst? Ich dachte, Christus sei das Fundament", aber er sagte: "Nein, Christus ist der Fels, auf den wir unser Fundament bauen."

24:55 Ich liebe diese Rede von Präsident Hinckley. Ich glaube, wir reden nicht genug darüber, aber Präsident Hinckley sagt uns tatsächlich diese vier Eckpfeiler. Wir haben also Christus an der Basis. Er ist der Grundstein unseres Fundaments, der Kern unseres Zeugnisses, aber hören Sie sich an, was Präsident Hinckley über die vier Eckpfeiler sagt. Das ist aus seinem Vortrag Vier Eckpfeiler des Glaubens vom Februar 2004. Also, der erste ist die Realität und die Göttlichkeit des Herrn Jesus Christus als Sohn Gottes. Der zweite ist die erhabene Vision, die dem Propheten Joseph Smith gegeben wurde und die das Zeitalter der Fülle einläutete. Sie müssen also ein Zeugnis über die erste Vision haben. Drittens das Buch Mormon als das Wort Gottes, das in der Göttlichkeit des Erlösers spricht und diese erklärt.

25:46 Das vierte ist das Priestertum Gottes, das göttlich verliehen wurde, um in Gerechtigkeit zum Segen der Kinder unseres Vaters ausgeübt zu werden. Der Grund, warum ich so leidenschaftlich darüber spreche, ist, dass ich einen besten Freund verloren habe, der das stärkste Zeugnis von Jesus Christus hatte, aber kein Zeugnis von den Aposteln und Propheten. Das ist so grundlegend. Wenn Sie den Propheten und den Aposteln und Ihren örtlichen Leitern folgen, werden Sie Ihren Erlöser besser kennenlernen, denn dort sind die Bündnisse, die Verordnungen, der Tempel und die Macht des Priestertums in der Wiederherstellung der Kirche enthalten.

Hank Smith: 26:35 Die Beziehung zu Christus ist das, was zählt. Die Kirche fördert diese Beziehung. Die Propheten und die Apostel sind der Beschleuniger für diese Beziehung.

John Bytheway: 26:47 Wie viele von uns haben eine Berufung erhalten? Ich kann das nicht tun. Wie viele von uns haben Gebote gehört, Bündnisse geschlossen? Ich kann das nicht tun. Sie haben Recht, aber was wäre, wenn wir uns an jemanden binden würden, der es kann, uns durch einen Bund an Christus binden? Er kann es tun. Im Buch Mormon ist nie von einer Bekehrung zur Kirche die Rede.

Es heißt immer, sie hätten sich zum Herrn bekehrt, immer und immer wieder, mindestens zehnmal habe ich das gefunden, und Sie haben gerade 3 Nephi 28:25 zitiert, wo es heißt: "Sie bekehrten sich zum Herrn und schlossen sich der Kirche Christi an." Das Ziel unserer Bekehrung ist Christus, aber wir vereinigen uns mit der Kirche. Es ist keine Mehrfachauswahl. Es geht darum, beides für die Macht zu tun.

Dr. Jenae Nelson: 27:31 Ganz genau. Wenn ich an diese Schriftstelle denke, fällt mir ein Erlebnis ein, das ich mit meiner Familie am Bear Lake hatte. Wir kamen dort an. Das Wetter war großartig. Die Vorhersage war wunderbar. Wir schlugen unser Zelt auf, ohne es abzuspannen. Da die Vorhersage gut war, dachten wir, dass alles in Ordnung sei, und wir hatten es eilig, ins Wasser zu gehen. Während wir unten waren und im Wasser spielten, kam dieser Sturm buchstäblich aus dem Nichts. Plötzlich flogen die Zelte weg. Wir rannten den Hügel hinauf. Wir kommen zu unserem Zelt. Unsere Kinder gehen in das Zelt. Sie sind zu diesem Zeitpunkt noch klein. Sie schreien, weil Dinge wegfliegen. Sie haben solche Angst, dass sie nach Oz oder so wegfliegen werden.

28:09 Sie stehen in der Mitte des Zeltes. Mein Mann und ich mussten, weil wir unser Zelt nicht verankert hatten, nach draußen gehen und jeder eine Ecke des Zeltes nehmen. Dann sahen unser Bruder und unsere Schwägerin, deren Zelt bereits weggeflogen war, die missliche Lage, in der wir uns befanden, und sie kamen und hielten die anderen Seiten. Wir hatten also vier Leute, die jede Seite des Zelts festhielten, und beteten einfach. Dieser Sturm war so lang. Ich bin sicher, es waren vielleicht 15 Minuten, aber es fühlte sich an wie eine Stunde. Er war so lang. Wir hielten das Zelt fest, und dieses Bild werde ich nie vergessen. Der Fels nützt nichts, wenn man nicht daran verankert ist.

28:48 Du musst dich in Christus verankern, damit wir während des Sturms sicher sind. Du denkst nicht, dass sie kommen, und du siehst sie nicht kommen. Sie kommen. Sie kommen zu jedem, und wenn wir an die Verantwortung denken, die wir haben, um sicherzustellen, dass wir unsere Häuser wirklich verankert haben, dass wir einen Ort der Zuflucht für unsere Kinder geschaffen haben. Wir waren bereit, uns in den Sturm zu begeben, um unsere Kinder zu beschützen, denn in diesem Moment war das alles, was zählte, und geistlich gesehen sollten wir die gleiche Energie und den gleichen Schutz für unsere Kinder aufbringen und den Wunsch haben, uns in Christus zu verankern.

Hank Smith:	29:22	Das ist eine perfekte Überleitung. Jenae, die Kirche wird von einem großen Sturm getroffen. Es ging uns wirklich gut. Die Dinge liefen großartig, und jetzt, im vierten Kapitel, beginnen die Dinge auseinanderzufallen, und da kommen zwei Propheten, Nephi und Lehi.
Dr. Jenae Nelson:	29:38	Ich finde es toll, dass hier gesagt wird, sie hätten mit großer Kraft gepredigt, und dass sie viele Andersdenkende verwirrt hätten. Hier habe ich gesagt, dass dies die große Rückkehr derer ist, die von den Nephiten übergelaufen waren, so dass sie herauskamen und ihre Sünden bekannten und sich zur Buße taufen ließen und sofort zu den Nephiten zurückkehrten, um sich zu bemühen, das Unrecht, das sie getan hatten, wiedergutzumachen. Wir sehen also, dass dies wahre Reue ist, denn sie hatten nicht nur Angst, schwach zu sein. In dieser Situation wollten sie tatsächlich das Unrecht, das sie begangen hatten, wiedergutmachen. In ihrem Herzen geschah etwas Richtiges, und zwar aufgrund der Macht von Nephi und Lehi, was meiner Meinung nach ein Zeugnis für sie ist, und dafür, wie sie im Herrn aufgewachsen waren, und für die Arbeit, die sie geleistet hatten, um diese Art von Macht und Autorität zu haben.
Hank Smith:	30:26	Das ist faszinierend. Ich habe nie gesehen, wie Sie es dort nennen, die große Rückkehr. Die Andersdenkenden, die weggegangen waren, kommen jetzt wegen dieser beiden Propheten zurück.
Dr. Jenae Nelson:	30:36	Ich kann diesen Tag kaum erwarten. Es gibt einen Podcast namens Come Back mit unglaublichen Geschichten. Es passiert schon, aber ich kann es kaum erwarten, dass die Menschen, die weggegangen sind, in großer Zahl zurückkommen. Ich glaube, das wird eines der größten Wunder sein, die Präsident Nelson vielleicht prophezeit hat.
John Bytheway:	30:55	Sie haben schon davon gehört, dass es Katzen und Hunde regnet. Nun, es gab mal eine Zeit, da herrschte eine Herrschaft der Richter. Nein, nur ein Scherz. Die R-E-I-G-N, die Herrschaft der Richter. Das ist eine interessante Geschichte, denn Mosia hat vier Söhne, König Mosia. Sie werden von einem Engel niedergeschlagen. König Mosia hat niemanden, dem er das Königreich übergeben kann, weil sie alle zurück in das Land Nephi wollen, um dort zu missionieren. Ich vereinfache das Ganze etwas, aber er sagt: "Lasst uns eine neue Regierungsform einführen. Wir werden sie die Herrschaft der Richter nennen. Alma, du warst am längsten bewusstlos, also bist du der erste oberste Richter." Als er die Sache in die Wege leitet, gibt Mosia

		ihnen von Gott inspirierte Gesetze. Es sind von Gott gegebene Gesetze.
	31:34	In Helaman 4:22 heißt es, als die Dinge anfingen, sich zu verschlechtern: "Sie hatten die Gesetze Mosias oder das, was der Herr ihm befohlen hatte, dem Volk zu geben, verändert und mit Füßen getreten, und sie sahen, dass ihre Gesetze verdorben waren." Dann lesen wir weiter in Helaman 5:2: "Da ihre Gesetze und ihre Regierungen durch die Stimme des Volkes zustande gekommen waren und die, die sich für das Böse entschieden, zahlreicher waren als die, die sich für das Gute entschieden, waren sie reif für den Untergang." Die Fußnote zu Helaman 5:2 führt Sie zurück zu Mosia 29:25, als König Mosia das organisierte, und er sagte: "Das wird funktionieren, solange die Stimme des Volkes das Gute wählt. Aber sobald sich die Mehrheit für das Böse entscheidet, siehe da, macht euch auf einen Schlag gefasst."
	32:22	Helaman 5:2 sagt uns genau hier: "Okay, jetzt geht's los". Wenn diese Vorlage wahr ist, dass dies die letzten Tage sind, wow, sind wir an einem Punkt angelangt, an dem wir nahe dran sind? Wir wählen eher das Böse als das Gute. Das ist der Punkt, an dem es ein bisschen beängstigend wird, nicht wahr?
Dr. Jenae Nelson:	32:38	Das tut es. Ich hatte eine Freundin, die wirklich verzweifelt war. Das war um Covid herum, als viele von uns verzweifelt waren, und sie sagte: "Ich wünschte nur, der Herr würde schon kommen und alles in Ordnung bringen." In diesem Moment sagte der Geist zu mir: "Gott ist bereits gekommen. Jesus ist schon gekommen. Er hat schon alles in Ordnung gebracht." Letztlich können wir auf einen Gott vertrauen, der den Weg bereits bereitet hat. Auf diese Weise haben wir Hoffnung in der Endzeit. Noch einmal, diese Idee der Hoffnung in der Finsternis kommt aus dem Vertrauen und dem Glauben an den Fels unserer Rettung, dass er bereits gekommen ist. Er hat bereits alles in Ordnung gebracht. Er wird wiederkommen. Er hat bereits über das Grab, über die Sünde gesiegt, und wir wissen, dass er am Ende siegen wird. Wir wissen, wie das alles endet.
John Bytheway:	33:26	Elder Bednar sagt: "Das zentrale wiederkehrende Thema des Buches Mormon ist die Einladung, zu Christus zu kommen." Kommen Sie einfach zu ihm, und dann müssen Sie sich nicht mehr so viele Gedanken darüber machen, wann er wiederkommt, denn Sie sind schon da.
Dr. Jenae Nelson:	33:37	Hier in Helaman 5, wo wir uns mit den Abweichlern und den Menschen, die weggegangen sind, beschäftigen, möchte ich weiterhin Hoffnung geben. Diese Geschichte dient diesem

Zweck. Ich habe einen Ur-Ur-Ur-Großvater namens William Atkins Gheen, der zur Zeit von Joseph Smith zur Kirche konvertierte. Er lebte in Nauvoo und baute ein Haus, das heute noch in Nauvoo steht. Der Tempel von Nauvoo steht genau in der Mitte des Blicks, den er von seinem Schlafzimmerfenster aus hatte, und er half beim Bau des Tempels. Leider starb er, bevor der Tempel gebaut wurde, aber er hatte Kinder und eine wunderbare Frau. Nachdem der Prophet Joseph Smith den Märtyrertod erlitten hatte, gingen seine Frau und einige seiner Kinder mit Brigham Young und durchquerten die Prärie. Einer der Nachkommen dieser Familie Gheen ist Spencer W. Kimball.

34:21 Einer der Söhne von William Atkins, Thomas Gheen, ist mein Großvater, und er ist nicht mit den Heiligen nach Westen gegangen. Er schloss sich einer abtrünnigen Gruppe an. Dann heiratete er schließlich eine indianische Frau, und das ist in meiner indianischen Seite der Familie. Er diente schließlich im Bürgerkrieg. Er überlebte Andersonville, eines der brutalsten Bürgerkriegsgefängnisse der damaligen Zeit, überlebte das, aber dann starb er auf dem Heimweg bei einer Dampfbootexplosion. Er hinterließ seine Frau als Witwe und seine Tochter als vaterlose Tochter, und das Evangelium war für diese Familie völlig verloren. Vier Generationen später bekam mein Großvater, ein amerikanischer Ureinwohner, ein Buch Mormon in die Hand.

35:14 Er schlug das Buch Mormon auf, las das Buch Mormon und sagte: "Das ist wahr, das ist mein Volk, und ich gehöre zum Bund", und er schloss sich der Gemeinschaft des Bundes mit Christus an. Er ließ sich taufen. Wir dachten, dass wir eine Familie von Bekehrten waren. Wir dachten nicht, dass es in unserer Familie ein Pioniererbe gäbe, aber wir stammen aus einer Familie, in der das Evangelium verloren gegangen war, aber vier Generationen später wiedergefunden wurde. Um darauf zurückzukommen: Gott spielt das lange Spiel. Vielleicht ist es nicht unsere Generation, die nächste Generation oder die nächste Generation, aber letztendlich hat Gott einen Weg, Familien zu heilen. Er will Familien heilen, und er vollbringt solche Wunder, wenn wir nur warten und auf seinen Plan vertrauen können, auf das lange Spiel, das er für uns spielt.

John Bytheway: 36:09 Wie haben Sie diese Familiengeschichte in Nauvoo und alles andere herausgefunden? Wie haben Sie herausgefunden, wie das alles zusammenhängt? Das ist ziemlich cool.

Dr. Jenae Nelson: 36:16 Mein Großvater hat sich sehr für die Familiengeschichte interessiert. Ich erinnere mich, als er es herausfand und es mir erzählte, dachte ich nur: "Du meinst, wir sind Nachkommen von

		jemandem, der nicht treu war, der sich entschieden hat, dem Propheten nicht zu folgen?" Für mich ist das eine warnende Geschichte, denn ich möchte derjenige sein, der sich entschieden hat, dem Propheten zu folgen. Ich möchte meiner Familie das Erbe weitergeben, dass ich mit Christus verankert habe, indem ich dem Propheten gefolgt bin. Das ist die Art und Weise, wie Jesus Christus sein Muster auf der Erde etabliert hat, dass wir seinen Propheten folgen und durch die Verordnungen und das Priestertum, das er in seiner Kirche eingesetzt hat, an seiner Güte teilhaben sollen.
Hank Smith:	36:58	Wunderschön. Jenae, du hast darauf hingewiesen... Das fühlt sich wirklich wie eine Parallele zu unserer Zeit an. Es gibt politische Umwälzungen. Es herrscht Krieg. Und die Kirche blüht auf. Der Stolz innerhalb und außerhalb der Kirche wächst. Es ist sowohl wunderbar als auch beängstigend, obwohl ich denke, dass das Buch Helaman für uns geschrieben wurde, und hier kommen diese Propheten und Dissidenten, die weggegangen sind, zurück, eine Menge wirklich guter und schlechter Nachrichten in diesen Kapiteln. Was passiert dann in Kapitel sechs?
Dr. Jenae Nelson:	37:30	Ich finde es gut, dass wir dort enden, wo wir angefangen haben, mit dem Fokus zurück auf das Herz. Hier sehen wir symbolisch eine Schwäche des Herzens in unseren Häusern und in unserem Herzen. Neunmal wird das Wort Herz in Kapitel sechs erwähnt. Mormon fordert uns ganz klar auf, in unser Herz zu schauen. Woran hängen wir unser Herz? Legen wir unser Herz an den Reichtum? Richten wir unser Herz auf Gott? Legen wir unser Herz an die Armen und Bedürftigen? Wo ist unser Herz? Dann werden wir aufgefordert, uns selbst zu prüfen. Ja, es gibt eine politische Struktur, die zum Untergang der Nephiten führt, aber es beginnt so, wie wir es in einer Familie mit drei Brüdern besprochen haben.
	38:14	In der Familienverkündigung heißt es: "Wir warnen, dass der Zerfall der Familie über Einzelne, Gemeinschaften und Nationen das Unheil bringen wird, das von alten und modernen Propheten vorhergesagt wurde." Wenn es sich um den Zerfall der Familie, den Zerfall des Herzens handelt, dann müssen wir wirklich auf unsere Herzen schauen und auf unsere Beziehungen innerhalb unseres Hauses.
John Bytheway:	38:40	Wenn wir doch nur einen Propheten hätten, der etwas über Herzen wüsste,
Dr. Jenae Nelson:	38:45	Ich glaube, dass Gott so gut ist. Ich glaube tatsächlich, dass er so gut ist.

John Bytheway:	38:49	Das ist elegant. Das war gut. Das war symmetrisch. Das war wirklich schön.
Dr. Jenae Nelson:	38:52	Ja, genau. Dies ist der letzte Tugend- und Teufelskreis, den wir sehen werden. In Kapitel 34 heißt es: "Die Nephiten sind im Unglauben geschwunden und haben in Bosheit und Abscheulichkeiten zugenommen, während die Lamaniten in der Erkenntnis ihres Gottes über die Maßen gewachsen sind." Diese beiden Pfade, diese beiden Zyklen, der eine wächst in der Schlechtigkeit, der andere in der Erkenntnis Gottes. In Kapitel 35 heißt es dann: "Der Geist begann sich von den Nephiten zurückzuziehen wegen ihrer Bosheit und der Härte ihres Herzens." Es ist der Zustand ihres Herzens, der das Problem ist. Nicht die Gesellschaft als Ganzes ist das Problem. Es ist eindeutig die Härte ihres Herzens, die das Problem verursacht.
	39:34	Dann, in 36, das genaue Gegenteil von dem, was Sie gerade gelesen haben: "Der Herr begann, seinen Geist über die Lamaniten auszugießen", das genaue Gegenteil, "wegen ihrer Leichtigkeit und ihrer Bereitschaft, an seine Worte zu glauben", der Kontrast. Wir können uns für ein Leben der Tugend entscheiden oder für ein Leben des Lasters. Die Wahl ist einfach. Die kleinen und einfachen Dinge, die wir jeden Tag tun, die Dinge, die wir immer wieder tun, können zu ständigem Frieden führen.
Hank Smith:	40:01	Wir haben heute viel über intrinsische Motivation gesprochen. Das scheint bei Nephi und Lehi der Fall zu sein, nicht wahr? Sie arbeiten hier wirklich hart, und sie leiden ziemlich viel, aber sie geben nicht auf.
Dr. Jenae Nelson:	40:14	Das tun sie nicht, und das ist es, was dich durch die schwierigen Dinge bringt. Wenn wir davon sprechen, dass wir auf dem Fundament von Christus gebaut sind, bedeutet das, dass wir eine Beziehung zu ihm haben. Wenn Sie eine solche Beziehung zu ihm haben, dass Sie ihm vertrauen, dann wissen Sie, dass er sich für Sie einsetzen wird. Sie haben die Erfahrung gemacht, dass er in der Vergangenheit für Sie da war. Darauf können Sie sich berufen und sagen: "Ich weiß nicht, wie die Dinge sich entwickeln werden, aber ich weiß, dass sie sich entwickeln werden, denn Gott hat mich noch nie im Stich gelassen und wird mich auch jetzt nicht im Stich lassen", aber das kommt daher, dass wir eine Geschichte mit Gott haben. Gott ist immer in unserem Leben am Werk, aber wir sind manchmal wirklich schlecht darin, es zu bemerken. Das ist es, was die Dankbarkeit für uns tut. Dankbarkeit ist eine Praxis des Erinnerns. In Kapitel fünf haben wir das nicht erwähnt, aber erinnern, erinnern, erinnern. Es zieht sich durch das ganze Kapitel.

	41:03	Dankbarkeit hilft uns, uns an die guten Dinge zu erinnern, die Gott für uns getan hat. Wenn wir dann diese Geschichte der Barmherzigkeit Gottes in unserem Leben aufbauen, haben wir diese wunderbare Quelle, aus der wir diese Lichtstrahlen schöpfen können, die eine Säule bilden, diese Feuersäule, die uns umgibt, die uns stark machen und uns Hoffnung geben kann. Es ist absurd, in Zeiten wie den unseren Hoffnung zu haben. Wir lächeln, wir sind glücklich, und wir haben Hoffnung, weil wir uns auf Jesus Christus gründen. Wir sind auf Jesus Christus gegründet, der uns Hoffnung gibt.
John Bytheway:	41:38	Ich liebe es. Eines der lustigen Dinge, die Eltern vielleicht mit ihren Kindern mit Helaman 5:12 machen könnten, ist, über einige der nicht so guten Fundamente zu sprechen, auf die die Welt ihnen sagt, dass sie darauf bauen sollen, und das dann zu erkunden. Was ist, wenn die Welt ihnen sagt, sie sollen auf ihr Aussehen bauen? Wie lange wird das anhalten, oder wirst du ständig in den Spiegel schauen oder was auch immer? Was ist, wenn er Ihnen sagt, Sie sollen auf Ihren Reichtum bauen? Was sind das für falsche Grundlagen? Mir gefällt auch das Wort "wenn", aber "wenn der Teufel seine mächtigen Winde aussenden wird". Es ist, als würde es kommen. Es heißt nicht "wenn". Es heißt "wenn", und seien Sie nicht überrascht, wenn er kommt, denn willkommen im irdischen Leben, aber er wird keine Macht über Sie haben, um Sie herunterzuziehen. Über diesen Vers sind schon hundert Vorträge gehalten worden, und es könnte noch hundert weitere geben.
Dr. Jenae Nelson:	42:29	Diese Eckpfeiler des Glaubens werden geprüft. Glaube ich wirklich an die erste Vision? Glaube ich wirklich, dass das Buch Mormon das Wort Gottes ist? Glaube ich wirklich, dass das Priestertum wiederhergestellt wurde? Glaube ich wirklich, dass der Tempel das ist, was er zu sein vorgibt, und glaube ich wirklich dem Propheten, wenn er mich auffordert, Dinge zu tun, mit denen ich nicht einverstanden bin? Wir alle werden in diesen Punkten geprüft werden. Manchmal werde ich durch mein eigenes Umherschweifen, mein eigenes Auf und Ab des Glaubens entmutigt. Ich möchte nur meine Lieblingshymne mit Ihnen teilen. Ein Loblied auf sie singen. Ich kann nicht glauben, dass es jemals aus dem Gesangbuch gestrichen wurde, aber es ist wieder da, und wir können alle so glücklich sein. Komm, du Quelle allen Segens.
	43:08	Ich bin so glücklich, dass ich dies mit euch teilen möchte, denn es ist mein Zeugnis, und ich denke, dass es uns Hoffnung gibt. "Jesus suchte mich, als ich ein Fremder war, der sich von der Herde Gottes entfernte. Um mich aus der Gefahr zu retten, hat er sein kostbares Blut vergossen. O Gnade, wie sehr bin ich

täglich gezwungen, ein Schuldner zu sein. Lass deine Güte wie eine Fessel mein wanderndes Herz an dich binden. Anfällig für das Umherschweifen. Herr, ich fühle es. Anfällig dafür, den Gott zu verlassen, den ich liebe, hier ist mein Herz. O nimm es und versiegle es. Versiegle es für deine Höfe oben." Ich bin wirklich dankbar, dass wir ein sicheres Fundament haben. Christus gibt mir Halt, und ich habe viele Stürme erlebt. Das haben wir alle.

44:00 Ich bin wirklich dankbar, dass ich im Sturm eine Zuflucht habe, dass Er meine Festung ist. Mein Zeugnis ist so fest auf Jesus Christus und seine Kirche gegründet, weil er mich gerettet hat und weil die wiederhergestellte Kirche mein ganzes Leben lang eine Zuflucht für mich war. Die Propheten und die Apostel, das sind die sicheren Eckpfeiler. Wenn der Wind kommt und der Wind weht, verankern sie uns in Christus.

Hank Smith: 44:30 Sie haben die Botschaft von Helaman eins bis sechs erreicht. Die Dinge werden dunkel. Davor müssen wir nicht blind sein. Es gibt Korruption. Es herrscht Krieg. Überall um uns herum gibt es ernste Probleme. Wenn man das sechste Kapitel liest, steigt der Blutdruck, und die Macht, die Satan über die Menschen hat, erscheint astronomisch, und doch scheint der Herr immer einen Schritt voraus zu sein. Es heißt immer: "Ja, es sieht düster aus", aber ähnlich wie vielleicht Jesus im Sturm: "Sorgst du dich nicht darum, dass wir umkommen? O ihr Kleingläubigen." Ich habe das unter Kontrolle.

45:10 Jenae, eine letzte Frage an Sie. Nehmen wir an, ich sitze im Auto auf dem Weg zur Arbeit, bei der Gartenarbeit oder beim Joggen und denke mir, während ich Ihnen beim Unterrichten zuhöre: "Ich habe Angst vor dieser Welt. Ich bin nervös." Mormon schreibt in einem solchen Fall: "So sehen wir, dass sie reif wurden für ein ewiges Verderben." Du sagst: "Oh Mann, so fühlt es sich an." Was gibt Ihnen Hoffnung? Was lässt Sie lächeln und hoffnungsvoll und aufgeregt sein?

Dr. Jenae Nelson: 45:45 Ich finde es gut, dass Sie das sagen, Hank, denn ich glaube, wir alle haben Momente der Verzweiflung. Ich denke, das ist in Ordnung. Es ist sogar die Rede davon, dass Nephi und Lehi wegen der Uneinigkeit müde waren. Es ist in Ordnung, dass wir müde sind. Wir müssen nicht die ganze Zeit fröhlich lächeln, wenn es wirklich schwierige Dinge zu tun gibt. Ich denke, es ist in Ordnung zu sagen, wie Elder Wirthlin sagte: "Mama, ich habe eine schwere Zeit", aber sein Ratschlag lautet auch: "Komme, was wolle, und liebe es." Der Grund, warum wir es lieben können, ist, dass wir wissen, dass Gott das Sagen hat. Wir beten einen liebenden Gott an. Wie ich Ihnen heute erzählt habe, habe ich das nicht immer geglaubt, aber Gott ist liebevoll. Er ist

		es auch in den schweren Zeiten. Er ist es besonders in den schweren Zeiten. Dann spüren wir ihn am meisten. Es sind diese schweren Zeiten. Das bringt mir Freude und Glück, wahres, wahres Glück.
	46:48	Ich möchte dies einfach mit allen teilen, damit sie Gottes Liebe so spüren können, wie ich sie spüre. Nicht, weil ich etwas Besonderes oder anders oder besser bin, sondern einfach, weil ich von seiner Liebe gekostet habe, und er heilt uns. Er ist der Heiler. Er hat wirklich, wirklich unser Bestes im Sinn. Er hat einen Plan. Er weiß, was er tut. Wenn Ihr Leben aus den Fugen gerät, weiß er das, und er hat einen Plan, um es auf die schönste Weise wieder zusammenzusetzen. Das Gleiche gilt für unsere Kultur, unsere Gesellschaft, für Dinge, die uns vielleicht Angst machen und die wir nicht verstehen - es ist in Ordnung, das zu fühlen. Es ist in Ordnung, sich darauf einzulassen. Wir können Mitgefühl für diejenigen haben, die leiden. Wir können in unserem eigenen Leiden traurig sein. Ich möchte echte traurige Gefühle nicht entkräften. Das ist das Schöne an einem Sonnenuntergang.
	47:44	Es ist dieser wunderschöne Ausbruch von Farbe. Kurz vor der Dunkelheit sagt Gott: "Ihr müsst euch keine Sorgen machen. Die Sonne wird wieder aufgehen." Ich weiß es. Ich habe es gespürt. Ich habe es mein ganzes Leben lang gesehen. Ich weiß, dass er für jeden Menschen so empfindet. Er kümmert sich um jeden im gleichen Maße, mit der gleichen Intensität und dem gleichen Fokus. Er hat einen Plan für Sie. Auch wenn meine Geschichte, mein Beispiel vielleicht eines von denen ist, die außergewöhnlich sind. Er hat das gleiche Interesse an den kleinen Dingen in unserem Leben, die scheinbar schief laufen. Er wird uns retten. Er ist gut in seinem Job. Er ist gut darin, ein Retter zu sein.
Hank Smith:	48:23	Ich liebe es. Wenn Sie zu den Zuhörern gehören und sich in Ihrem eigenen kleinen Helaman 1 bis 6 befinden, denke ich, dass Jenae uns sagt, dass 3 Nephi 11 kommt. Bleiben Sie einfach dran. 3 Nephi 11 wird kommen. Es mag jetzt noch dunkel aussehen, aber das Licht wird kommen. Jenae, ich danke Ihnen für Ihre Zeit heute.
Dr. Jenae Nelson:	48:41	Danke, dass ich dabei sein darf.
Hank Smith:	48:43	Danke, dass Sie uns durch diese Kapitel geführt haben. Wir hatten das Glück, Sie hier zu haben.

John Bytheway:	48:48	Wir haben. Das hat mein Leben verändert. Ich werde zurückgehen und mir die Dissidenten ansehen und wie sie zurückkamen. Ich bin so begeistert davon. Jenae, ich danke dir.
Hank Smith:	48:58	Dankbarkeit baut Beziehungen auf. Mann, ich liebe es einfach. Wir möchten Dr. Jenae Nelson dafür danken, dass sie heute bei uns ist. Es war ein absolutes Vergnügen, mit ihr durch die ersten sechs Kapitel von Helaman zu gehen. Wir möchten unserer ausführenden Produzentin, Shannon Sorensen, unseren Sponsoren, David und Verla Sorensen, danken. In jeder Folge erinnern wir uns an unseren Gründer, der Helaman 5:12 liebte, Steve Sorensen. Wir hoffen, dass Sie nächste Woche wieder dabei sein werden. Wir haben mehr über das Buch Helaman auf followHIM zu berichten. Bevor Sie zur nächsten Folge übergehen, habe ich einige wichtige Informationen. Das Transkript dieser Folge und die Notizen zur Sendung sind auf unserer Website followhim.co verfügbar. Das ist followhim.co.
	49:41	Auf unserer Website finden Sie auch unsere beiden kostenlosen Bücher "Jesus Christus im Alten Testament finden" und "Jesus Christus im Neuen Testament finden". Beide Bücher sind voll von kurzen und aussagekräftigen Zitaten und Erkenntnissen aus all unseren Episoden aus dem Alten und Neuen Testament. Die digitalen Kopien dieser Bücher sind absolut kostenlos. Sie können den Podcast auf YouTube ansehen. Auch auf unseren Facebook- und Instagram-Konten finden Sie Videos und Extras, die Sie sonst nirgendwo finden. Wenn Sie wissen möchten, wie Sie uns helfen können, könnten Sie den Podcast abonnieren, bewerten, rezensieren und kommentieren, damit wir leichter zu finden sind. Natürlich wäre das alles nicht möglich ohne unser unglaubliches Produktionsteam: David Perry, Lisa Spice, Jamie Neilson, Will Stoughton, Krystal Roberts, Ariel Cuadra und Annabelle Sorensen.
	50:25	Welche Fragen oder Probleme Sie auch immer haben, die Antwort finden Sie immer im Leben und in der Lehre von Jesus Christus. Wenden Sie sich an ihn. Folgen Sie ihm.

Hinweis: Dieses Dokument ist eine automatische Transkription. Sie könnten ein paar kleine Fehler finden.

Hank Smith: 00:03 Hallo zusammen. Willkommen zu einem weiteren FollowHIM-Favoriten. John und ich erzählen jede Woche eine Geschichte, die zur Lektion der Woche passt. John, wir sind heute bei Helaman 1 bis 6. Sie wissen, dass es hier um Nephi und Lehi geht, meine Söhne. Die Kapitel haben noch viel mehr zu bieten, aber ich werde mich bei meiner Geschichte auf dieses Kapitel konzentrieren. Ich habe mir eine Geschichte ausgedacht, die ich mit Ihnen teilen möchte, John. Ich weiß nicht, ob Sie sie schon einmal gehört haben. Es gibt eine Stelle, an der Nephi und Lehi von ihrem Vater Helaman unterrichtet werden, und er sagt: "Ich habe euch Nephi und Lehi genannt, damit ihr euch an die erinnert, die vor euch kamen. Tut, was sie getan haben." Vor vielen, vielen Jahren, damals um 1900, kam mein Vater in mein Zimmer und gab mir dieses große blaue Buch. Und alles, was darauf stand, war die Tye, T-Y-E, Familiengeschichte. Und er reichte es mir, als ob mich dieses Buch wirklich interessieren würde.

00:55 Und ich habe es geöffnet, da sind Kopien von Zeitungsartikeln, Nachrufe, alte Bilder von Leuten, die nicht lächeln, richtig? Hast du jemals diese Bilder von Pionieren gesehen? Alle sehen super glücklich aus. Ich sah mir das an und er sagte: "Das ist ein tolles Buch." Ich sagte: "Dad." Und er sagte: "Nein, lass uns das zusammen durchlesen." Ich dachte, es gibt einfach nichts anderes, was ich tun möchte. Ich erinnere mich an einen bestimmten Mann, er zeigte mir sein Foto und sagte: "Dieser Mann war sehr, sehr wohlhabend, als er sich der Kirche in Dänemark anschloss." Als er nach Utah kommt, hat er sein ganzes Geld verloren. Er hilft anderen Mitgliedern seines Zweiges beim Kreuz. Er hatte eine Menge Geschäfte verloren, weil er der Kirche beigetreten war, alles geopfert hatte, sogar ein Kind auf See begraben hatte, ein 2-jähriges Mädchen. Als er nach Salt Lake City kommt, weist Brigham Young ihn an, in Ephraim, Utah, zu leben.

01:51 Als er dort ankommt, hat er nicht genug, um ein Haus zu bauen. Er muss in einem dieser Unterstände leben, die sie in die Seite des Berges graben, eine Art Höhle. Unglaublich. Ich war 16. Ich

		dachte: "Na ja, danke, Dad." Ein paar Wochen später, im Schnelldurchlauf, fand ich mich auf einer Party wieder, von der ich nicht wusste, dass es dort Dinge geben würde, die dort nicht hingehören. Ich gehe mit einem Freund auf diese Party. Es waren nicht meine üblichen Freunde, und ich fand mich in der Küche wieder, wo ein Haufen Leute saß, die ich nicht kannte. Einer von ihnen bringt ein Sechserpack mit etwas, das für mich wie Saft aussah, weil ich mich mit alkoholischen Getränken nicht auskenne, und er fängt an, sie zu verteilen. Ich schaue sie mir an und denke: "Oh, ich mag Saft. Das sieht lecker aus." Er schiebt es mir zu und ich erinnere mich, dass ich es gefangen habe, und ich schaue es an und stelle fest: "Das ist kein Saft. Das ist Alkohol."
	02:47	Ich wusste, dass ich es nicht trinken würde. Diese Versuchung war für mich nicht da. Ich habe andere Verlockungen. Aber ich war überrascht, wie unangenehm es sich anfühlte, zu versuchen, aus dieser Situation herauszukommen, ohne zu schauen... Ich wollte nicht dumm aussehen. Ich wollte nicht so aussehen, als würde ich nicht dazugehören oder so etwas. Ich schaue mir also diesen Alkohol an, und ich glaube, ich saß einfach so lange wie erstarrt da, weil die Leute anfingen, mich anzuschauen, weil ich nicht wusste, was ich tun sollte. Ich bin also einfach wie erstarrt und schaue ihn an. Und als ich dann aufschaue, sehen mich ein paar Leute einfach nur an. Und ich denke mir: "Das ist seltsam." Ich möchte nicht, dass Sie denken, dass dies ein großer Moment mit Symphony und Angels war, es war nur in meinem Kopf. Ich stellte mir meinen Urgroßvater vor, wie er vor seiner Höhle steht und mich anschaut wie...
John Bytheway:	03:42	Hallo?
Hank Smith:	03:43	Ja. Ich habe in einer Höhle gelebt, richtig? Kannst du nicht wenigstens den Alkohol ablehnen? Kannst du ihn einfach absetzen und sagen: "Nein, danke."
John Bytheway:	03:56	Ich konnte nicht herausfinden, wie die Höhle zu dieser Party kommen sollte, also habe ich das nicht kommen sehen.
Hank Smith:	04:02	Ja, es war nur ein kurzer Gedanke, vielleicht ein kleiner Geistesblitz, ich bin mir nicht sicher. Und ich dachte: "Okay, du hast recht. Ich muss etwas sagen." Wie in den Seminarvideos, John, wenn du etwas sagst und alle weinen und ihr alle zusammen auf Mission geht, wirst du etwas so Gutes sagen, dass es das Leben von allen verändert. Ich stellte das Getränk ab, und viele Leute sahen mich an, und ich sagte, John, ich scherze nicht, ich sagte: "Ich mag Orangensaft." Es war so schlimm. Ein lebensveränderndes Zeugnis. Drei der Kinder im

		Raum sagten: "Häh?" Und das Kind, das mir das Getränk reichte, sagte: "Was?" Und sogar mein Urgroßvater sagte: "Häh?"
	04:55	Wie: "Wirklich?" Sie sahen mich irgendwie an und ich wiederholte es einfach. Einer dieser Typen, ich weiß nicht, wer er war, sah den Kerl an, der die Getränke verteilte, und sagte: "Wir sollten diesem Jungen besser etwas Orangensaft geben." Der Junge kam rüber, nahm mir das Getränk aus der Hand und holte mir einen Orangensaft. Ich trank meinen Orangensaft sehr schnell aus und stieg aus. Ich glaube, ich verschüttete ihn über mein Kinn und sagte: "Ich muss gehen." Wir verließen die Party ganz schnell. Ich ging zu meinem Freund, mit dem ich dort war, und sagte: "Wir müssen gehen. Es gibt Alkohol auf dieser Party." Und er sagte: "Du hast getrunken?" Und ich sagte: "Nein, ich habe nicht getrunken. Mein Ur-Ur-Großvater war dort.
John Bytheway:	05:29	"Ich mag Orangensaft."
Hank Smith:	05:32	Ja, ja, ja. Wir haben gelacht und sind nach Hause gegangen. Ich kann Ihnen nicht sagen, dass ich mich wirklich gut und stark und spirituell gefühlt habe. Ich hatte das Gefühl: "Oh, ich habe keine Freunde, und ich weiß nicht, was ich in diesem Moment sagen soll." Aber jetzt habe ich Helaman 5 gelesen, wo Helaman sagt: "Denkt daran, die Gebote Gottes zu halten. Ich habe dich nach unseren ersten Eltern benannt." Ich kannte den Namen des Urgroßvaters nicht, aber ich erinnerte mich damals an ihn. Und so kannst du dich an sie erinnern. Das sind eure Vorfahren, und ihr könnt euch an ihre Werke erinnern. Und wenn ihr euch an ihre Werke erinnert, dann könnt ihr euch daran erinnern, dass es gute Werke waren. Lasst es euch gesagt sein, dasselbe kann auch von euch gesagt werden. Vielleicht hat mein Urgroßvater durch die Jahrhunderte gereicht und mir ein wenig zusätzliche Kraft gegeben.
John Bytheway:	06:18	Ich liebe es.
Hank Smith:	06:19	Ich wünschte, er hätte mir ein bisschen mehr gegeben, vielleicht etwas Einsicht, um das Richtige zu sagen. Und John, ich möchte nicht, dass irgendjemand da draußen denkt: "Oh, Hank war Mr. Perfect in der High School." Das war ich nicht. Definitiv weit davon entfernt. Das war ein Moment. Wir alle haben Momente, in denen wir das Richtige tun. Ich möchte diese Momente hervorheben, auch wenn es nicht sehr viele waren.
John Bytheway:	06:37	Diese Geschichte wurde Ihnen von Simply Orange zur Verfügung gestellt, erhältlich überall.

Hank Smith:	06:42	Wenn Sie eine Orangensaftfirma besitzen, würde ich gerne Ihr Sprecher sein, denn ich mag Orangensaft immer noch.
John Bytheway:	06:48	Ja.
Hank Smith:	06:49	Wir hoffen, dass Sie uns bei unserem vollständigen Podcast begleiten werden. Er heißt followHIM. Sie können ihn überall bekommen, wo Sie Ihren Podcast bekommen. Kommen Sie nächste Woche wieder, dann machen wir einen weiteren followHIM-Favoriten.