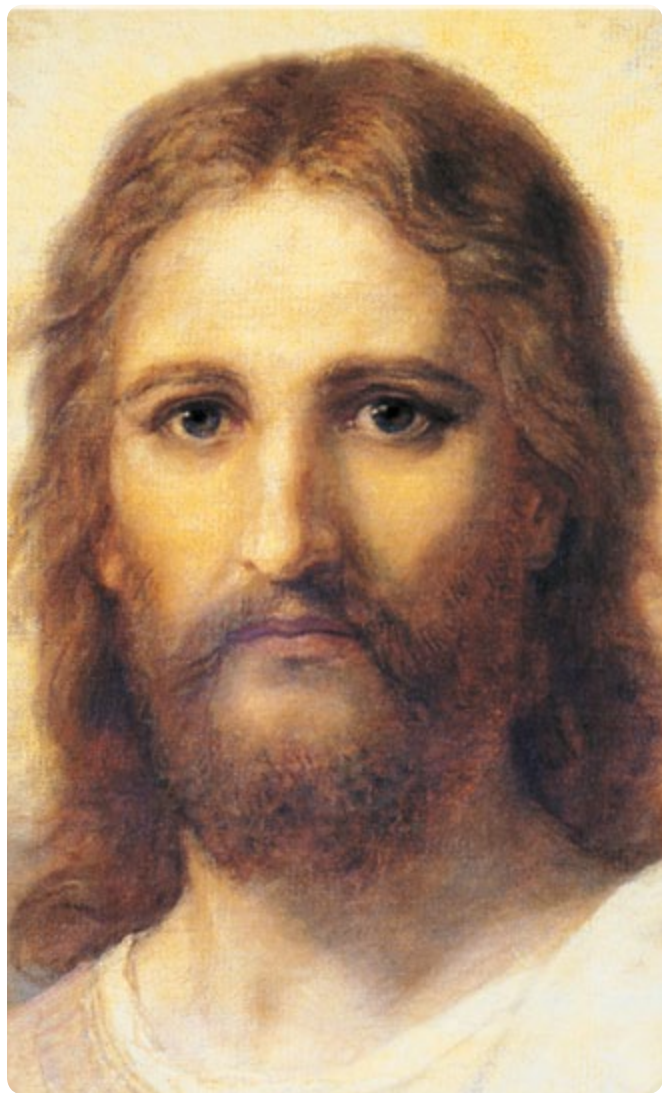


Untuk
Kekuatan
Remaja





Pesan kepada Remaja dari Presidensi Utama

PARA REMAJA PUTRA DAN PUTRI YANG TERKASIH, kami menaruh kepercayaan yang besar kepada Anda. Anda adalah putra dan putri terkasih Allah dan Dia peduli terhadap Anda. Anda telah datang ke bumi pada suatu masa dengan kesempatan besar dan juga tantangan besar. Standar-standar dalam buklet ini akan membantu Anda dengan keputusan-keputusan penting yang Anda buat sekarang dan masih akan Anda buat di masa depan. Kami berjanji bahwa ketika Anda mematuhi janji-janji yang telah Anda buat serta standar-standar ini, Anda akan diberkati dengan penemuan Roh Kudus, iman dan kesaksian Anda akan tumbuh lebih kuat, dan Anda akan menikmati sukacita yang meningkat.

Dalam segala hal yang Anda lakukan, tetaplah fokus pada bait suci. Di bait suci Anda akan menerima berkat terbesar dari semua berkat Tuhan, termasuk pernikahan untuk waktu fana dan segala kekekalan. Mematuhi standar-standar dalam buklet ini akan membantu Anda menjadi layak untuk memasuki bait suci, di mana Anda dapat melakukan tata cara-tata cara sakral bagi leluhur Anda sekarang dan membuat perjanjian-perjanjian penting bagi diri Anda sendiri di masa datang.

Bapa kita di Surga menaruh kepercayaan besar kepada Anda. Dia memiliki suatu pekerjaan untuk Anda lakukan. Carilah bimbingan-Nya dalam doa, serta berundinglah dengan orang tua dan pemimpin Anda. Keputusan-keputusan yang Anda buat sekarang akan banyak menentukan apa yang akan terjadi selama kehidupan fana Anda serta sepanjang kekekalan.

Kami bersaksi bahwa Allah hidup. Kami berdoa dengan sungguh-sungguh bahwa Anda akan tetap teguh dan tabah sepanjang kehidupan Anda dan bahwa Anda akan memercayai Juruselamat serta janji-janji-Nya. Ketika Anda melakukan ini, Anda akan menjadi pengaruh yang baik dalam membantu membangun kerajaan Allah dan mempersiapkan dunia bagi Kedatangan Kedua Juruselamat.

Presidensi Utama

Pintu-pintu Bait Suci Salt Lake



Diterbitkan oleh
Gereja Yesus Kristus dari Orang-Orang Suci Zaman Akhir
Salt Lake City, Utah

© 2001, 2011 oleh Intellectual Reserve, Inc.
Hak cipta dilindungi Undang-Undang
Dicetak di Indonesia

Persetujuan bahasa Inggris: 9/11
Persetujuan penerjemahan: 9/11
Terjemahan dari *For the Strength of Youth*
Bahasa Indonesia
09403 299

Daftar Isi

Hak Pilihan dan Pertanggungjawaban	2
Berkencan	4
Pakaian dan Penampilan	6
Pendidikan	9
Hiburan dan Media	11
Keluarga	14
Teman-Teman	16
Rasa Syukur	18
Kejujuran dan Integritas	19
Bahasa	20
Musik dan Dansa	22
Kesehatan Jasmani dan Emosi	25
Pertobatan	28
Pengudusan Hari Sabat	30
Pelayanan	32
Kemurnian Akhlak	35
Persepuluhan dan Persembahan	38
Kerja dan Kemandirian	40
Maju dengan Iman	42
Tambahan	44

Hak Pilihan dan Pertanggungjawaban

Karenanya, manusia ... bebas untuk memilih kemerdekaan dan kehidupan kekal, melalui Perantara yang agung bagi semua orang, atau untuk memilih penawanan dan kematian. 2 Nefi 2:27

Bapa Surgawi telah memberi Anda hak pilihan, kemampuan untuk memilih yang benar atau yang salah dan untuk bertindak bagi diri sendiri. Selain karunia kehidupan itu sendiri, hak untuk mengarahkan hidup Anda adalah salah satu karunia terbesar Allah bagi Anda. Sementara berada di bumi, Anda hendaknya membuktikan apakah Anda akan menggunakan hak pilihan Anda untuk menunjukkan kasih Anda kepada Allah dengan mematuhi perintah-perintah-Nya. Roh Kudus dapat membimbing Anda dalam menggunakan hak pilihan Anda secara benar.

Anda bertanggung jawab untuk pilihan-pilihan yang Anda buat. Allah peduli terhadap Anda dan akan membantu Anda membuat pilihan-pilihan yang baik, bahkan jika keluarga dan teman-teman Anda menggunakan hak pilihan mereka dengan cara yang tidak benar. Milikilah keberanian moral untuk berdiri kukuh dalam mematuhi kehendak Allah, bahkan jika Anda harus berdiri sendirian. Ketika Anda melakukan ini, Anda menjadi teladan bagi orang lain untuk diikuti.

Sementara Anda bebas untuk memilih jalan tindakan Anda, Anda tidak bebas untuk memilih konsekuensinya. Apakah itu baik atau buruk, konsekuensi mengikuti sebagai hasil alami dari pilihan-pilihan yang Anda buat. Beberapa perilaku berdosa mungkin membawa kesenangan duniawi sesaat, namun pilihan-pilihan



semacam itu menunda kemajuan Anda dan menuntun pada kesedihan serta kesengsaraan. Pilihan-pilihan yang benar menuntun pada kebahagiaan abadi serta kehidupan kekal. Ingatlah, kebebasan sejati datang karena menggunakan hak pilihan Anda untuk memilih kepatuhan, hilangnya kebebasan datang karena memilih ketidakpatuhan.

Anda juga bertanggung jawab untuk mengembangkan bakat dan kemampuan yang telah Bapa Surgawi berikan kepada Anda. Anda bertanggung jawab kepada-Nya untuk apa yang Anda lakukan dengan bakat-bakat Anda dan bagaimana Anda menggunakan waktu Anda. Pilihlah untuk melakukan banyak hal yang baik berdasarkan kehendak bebas Anda sendiri.

Matius 25:14–29; Moroni 7:15–19; Ajaran dan Perjanjian 58:27–28

Apakah pilihan-pilihan saya menuntun saya pada kebahagiaan abadi?

Berkencan

Kebajikan mengasihi kebajikan; terang mengikatkan diri pada terang. Ajaran dan Perjanjian 88:40



Sebuah kencan adalah kegiatan terencana yang mengizinkan seorang remaja putra dan seorang remaja putri untuk saling mengenal dengan lebih baik. Dalam kebudayaan dimana berkencan diterima, itu dapat membantu Anda belajar dan mempraktikkan keahlian sosial, mengembangkan persahabatan, memiliki kegembiraan yang bermanfaat, dan akhirnya menemukan seorang pasangan kekal.

Anda hendaknya tidak berkencan sampai Anda berusia paling sedikit 16 tahun. Ketika Anda mulai berkencan, pergilah bersama satu atau lebih pasangan lainnya. Hindarilah sering berkencan dengan orang yang sama. Mengembangkan hubungan yang serius terlalu dini dalam hidup akan membatasi jumlah orang lain yang Anda temui dan mungkin dapat menuntun pada tindakan tak bermoral. Ajaklah orang tua Anda untuk mengenal dengan siapa Anda berkencan.

Pilihlah untuk berkencan hanya dengan mereka yang memiliki standar moral tinggi dan yang dengannya Anda dapat mempertahankan standar-standar Anda. Ingatlah bahwa seorang remaja putra dan seorang remaja putri dalam sebuah kencan bertanggung jawab untuk saling melindungi kehormatan serta kebajikannya.

Rencanakanlah kegiatan berkencan yang aman, positif, dan murah serta yang akan membantu Anda saling mengenal. Pergilah hanya ke tempat-tempat Anda dapat mempertahankan standar-standar Anda dan tetap dekat dengan Roh.



Remaja putra umumnya mengambil inisiatif dalam mengajak dan merencanakan kencan. Senantiasalah bersikap baik dan penuh hormat ketika Anda mengajak berkencan atau ketika Anda menerima atau menolak ajakan. Sewaktu berkencan, sopanlah ketika Anda mendengarkan orang lain dan mengekspresikan perasaan Anda sendiri.

Ketika Anda memasuki usia dewasa Anda, jadikanlah berkencan dan menikah sebagai prioritas utama. Carilah rekan yang layak untuk memasuki bait suci untuk dimeteraikan kepada Anda untuk waktu fana dan kekekalan. Menikah di bait suci dan membentuk keluarga kekal adalah penting dalam rencana kebahagiaan Allah.

1 Korintus 11:11; Ajaran dan Perjanjian 46:33

Apa yang dapat saya lakukan untuk menjadi pengaruh yang baik bagi rekan kencan saya?

Pakaian dan Penampilan

Tidak tahukah kamu, bahwa kamu adalah bait Allah dan bahwa Roh Allah diam di dalam kamu? ... Sebab bait Allah adalah kudus dan bait Allah itu ialah kamu. 1 Korintus 3:16–17



Tubuh Anda adalah sakral. Hargailah itu dan jangan mengotorinya dengan cara apa pun. Melalui pakaian serta penampilan Anda, Anda dapat menunjukkan bahwa Anda mengetahui betapa berharganya tubuh Anda. Anda dapat menunjukkan bahwa Anda adalah seorang murid Yesus Kristus dan bahwa Anda mengasihi Dia.

Para nabi Allah secara terus-menerus menasihati anak-anak-Nya untuk berpakaian sopan. Sewaktu Anda berdandan rapi dan berpakaian sopan, Anda mengundang penemanan

Roh dan Anda dapat menjadi pengaruh yang baik bagi orang lain. Pakaian dan dandanan Anda memengaruhi cara Anda dan orang lain bertindak.

Jangan pernah menurunkan standar berpakaian Anda. Jangan gunakan acara khusus sebagai alasan untuk menjadi tidak sopan. Sewaktu Anda berpakaian tidak sopan, Anda memberi kesan yang bertentangan dengan identitas Anda sebagai putra dan putri Allah. Anda juga memberi kesan bahwa Anda menggunakan tubuh Anda untuk menarik perhatian dan pengakuan.

Pakaian yang tidak sopan adalah pakaian apa pun yang ketat, tipis, atau terbuka dalam bentuk lain apa pun. Remaja putri



hendaknya menghindari celana yang sangat pendek dan rok mini, kemeja yang tidak menutupi perut, dan pakaian yang tidak menutupi bahu atau potongan rendah di depan atau di belakang. Remaja putra juga hendaknya mempertahankan kesopanan dalam penampilan mereka. Remaja putra dan remaja putri hendaknya rapi dan bersih serta menghindari menjadi ekstrem atau santai yang tidak pada tempatnya dalam berpakaian, model rambut, dan perilaku. Mereka hendaknya memilih tampilan yang sopan secara pantas sewaktu berpartisipasi dalam olahraga. Mode di dunia akan berubah, namun standar-standar Tuhan tidak akan berubah.

Jangan merusak diri Anda dengan tato atau tindikan tubuh. Remaja putri, jika Anda berkeinginan untuk menindik telinga Anda, pakailah sepasang anting-anting saja.

Tunjukkan rasa hormat bagi Tuhan dan diri sendiri dengan berpakaian secara pantas untuk pertemuan dan kegiatan Gereja. Ini menjadi sangat penting sewaktu menghadiri kebaktian sakramen.

Remaja putra hendaknya berpakaian secara bermartabat sewaktu berperan serta dalam tata cara sakramen.

Jika Anda tidak yakin apa yang pantas untuk dikenakan, pelajari-lah perkataan para nabi, berdoalah memohon bimbingan, dan mintalah bantuan orang tua serta pemimpin Anda. Pakaian dan penampilan Anda sekarang akan membantu Anda mempersiapkan saat ketika Anda akan pergi ke bait suci untuk membuat perjanjian sakral dengan Allah. Tanyakan kepada diri Anda sendiri, “Akankah saya merasa nyaman dengan penampilan saya jika saya berada di hadirat Tuhan?”

Kejadian 1:27; Alma 1:27

Bagaimana kesaksian saya akan Injil memengaruhi pilihan saya mengenai berpakaian?

Pendidikan

Asas kecerdasan apa pun yang kita capai dalam kehidupan ini, akan bangkit bersama kita dalam kebangkitan. Ajaran dan Perjanjian 130:18



Pendidikan adalah bagian penting dari rencana Bapa Surgawi untuk membantu Anda menjadi lebih seperti Dia. Dia ingin Anda mendidik pikiran Anda dan mengembangkan keterampilan serta bakat Anda, kekuatan Anda untuk bertindak benar dalam tanggung jawab Anda, serta potensi Anda untuk menghargai hidup. Pendidikan yang Anda dapatkan akan berguna bagi Anda sepanjang kefanaan dan kehidupan mendatang.

Pendidikan akan mempersiapkan Anda untuk pelayanan yang lebih besar di dunia dan di Gereja. Itu akan membantu Anda memenuhi dengan lebih baik kebutuhan Anda sendiri, keluarga Anda, dan mereka yang membutuhkan. Itu juga akan membantu Anda menjadi penasihat dan rekan yang bijaksana bagi pasangan masa depan Anda dan guru yang informatif serta efektif bagi anak-anak Anda nantinya.

Pendidikan merupakan investasi yang membawa hadiah besar dan akan membuka banyak pintu kesempatan yang mungkin sebaliknya tertutup bagi Anda. Rencanakanlah sekarang untuk memperoleh pendidikan. Bersedialah untuk bekerja dengan tekun dan melakukan pengurbanan jika diperlukan. Bagikanlah gol-gol pendidikan Anda kepada keluarga, teman-teman, dan para pemimpin Anda sehingga mereka dapat mendukung dan mendorong Anda.

Pertahankanlah antusias untuk pembelajaran sepanjang kehidupan Anda. Temukanlah sukacita dalam terus belajar dan dalam

memperluas minat Anda. Pilihlah untuk berperan serta secara aktif dalam kesempatan pembelajaran yang tersedia bagi Anda.

Pendidikan Anda hendaknya mencakup pembelajaran rohani. Telaahlah tulisan suci dan perkataan para nabi zaman akhir. Berperansertalah dalam seminari dan institut. Lanjutkan di sepanjang kehidupan Anda untuk belajar mengenai rencana Bapa Surgawi. Pembelajaran rohani ini akan membantu Anda menemukan jawaban akan tantangan dari kehidupan dan akan mengundang penemuan Roh Kudus.

Alma 37:35; Ajaran dan Perjanjian 88:77–80

Bagaimana pendidikan dapat menguntungkan saya dan keluarga masa depan saya?



Hiburan dan Media

“Jika ada apa pun yang bajik, indah, atau dikatakan baik atau layak dipuji, kami mengupayakan hal-hal ini” (Pasal-Pasal Kepercayaan 1:13)

Anda hidup pada masa teknologi mengagumkan yang memberi Anda kemudahan akses untuk media yang luas dan bervariasi, termasuk Internet, peralatan selular, video games, televisi, film, musik, buku, dan majalah. Informasi dan hiburan yang disediakan melalui media tersebut dapat menambah kemampuan Anda untuk belajar, berkomunikasi, dan memengaruhi dunia dengan cara yang baik. Bagaimana pun, beberapa informasi dan hiburan dapat menuntun Anda menjauh dari kehidupan yang benar. Pilihlah dengan bijaksana sewaktu menggunakan media karena apa pun yang Anda baca, dengar, atau lihat memiliki dampak pada diri Anda. Pilihlah hanya media yang meneguhkan Anda.

Setan menggunakan media untuk menipu Anda dengan menjadikan apa yang salah serta jahat kelihatan wajar, lucu, atau menyenangkan. Dia mencoba menyesatkan Anda untuk berpikir bahwa melanggar perintah-perintah Allah dapat diterima dan tidak ada konsekuensi negatif bagi Anda atau orang lain. Jangan menghadiri, melihat, atau berperan serta dalam apa pun yang tidak senonoh, tidak bermoral, bersifat keras, atau pun porno dalam hal apa pun. Jangan berperan serta dalam apa pun yang menyajikan perilaku tidak bermoral maupun keras sebagai sesuatu yang dapat diterima. Milikilah keberanian untuk meninggalkan suatu film, mengubah musik Anda, atau mematikan komputer, televisi, atau peralatan selular jika apa yang Anda lihat atau dengar membuat Roh menjauh.

Pornografi dalam segala bentuknya khususnya berbahaya serta mencandukan. Apa yang mungkin dimulai sebagai suatu paparan tak terduga atau eksplorasi karena keingintahuan dapat menjadi kebiasaan yang merusak. Penggunaan pornografi adalah dosa serius

dan dapat menuntun pada pelanggaran seksual lainnya. Hindarilah pornografi terlepas dari pengurbanan apa pun yang Anda buat. Pornografi adalah racun yang melemahkan pengendalian diri Anda, menghancurkan perasaan harga diri Anda, serta mengubah cara pandang Anda terhadap orang lain. Itu menyebabkan Anda kehilangan bimbingan Roh dan dapat merusak kemampuan Anda untuk memiliki hubungan yang wajar dengan orang lain, khususnya pasangan masa depan Anda. Itu membatasi kemampuan Anda untuk merasakan cinta sejati. Jika Anda berhadapan dengan pornografi, segeralah menghindar darinya.

Jika Anda terlibat dalam pornografi, berhentilah sekarang. Carilah bantuan yang Anda perlukan. Orang tua dan uskup Anda dapat membantu Anda mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk bertobat dan melepaskan diri Anda dari kebiasaan yang merusak ini.

Jagalah agar penggunaan media Anda tidak melemahkan kepekaan Anda terhadap Roh atau mengganggu hubungan pribadi Anda dengan orang lain. Meluangkan banyak waktu untuk menggunakan Internet atau peralatan selular, bermain video games, atau

menonton televisi atau media lainnya dapat menjauhkan Anda dari interaksi berharga dengan orang lain. Berhati-hatilah agar penggunaan media sosial Anda tidak menggantikan waktu luang Anda bersama keluarga dan teman-teman.

Lindungilah keselamatan Anda dan keselamatan orang lain dengan sungguh-sungguh menjaga mengenai informasi serta foto-foto pribadi yang Anda bagikan melalui teknologi. Jangan membicarakan apa pun melalui Internet atau melalui sms yang adalah tidak pantas untuk dibagikan secara pribadi. Patuhilah hukum yang mengatur mengenai membagikan musik, film, dan masalah hak cipta lainnya.

Jika Anda tidak pasti apakah sesuatu itu pantas untuk dilihat atau didengar, bicaralah dengan orang tua Anda serta pemimpin dewasa lainnya. Roh Kudus akan memberi Anda kekuatan untuk membuat pilihan yang benar.

Moroni 10:30; Ajaran dan Perjanjian 121:45.

Bagaimana pilihan saya akan media memengaruhi pikiran dan tindakan saya?



Keluarga

Keluarga ditetapkan oleh Allah. Pernikahan antara pria dan wanita adalah mutlak bagi rencana kekal-Nya. ... Kebahagiaan dalam kehidupan keluarga paling mungkin dicapai bila didasarkan pada ajaran-ajaran Tuhan Yesus Kristus. "Keluarga: Pernyataan kepada Dunia"

Menjadi bagian dari sebuah keluarga merupakan suatu berkat yang besar. Keluarga Anda dapat menyediakan bagi Anda penanaman serta kebahagiaan, membantu Anda mempelajari asas-asas yang benar dalam suasana yang penuh kasih, dan membantu Anda mempersiapkan diri untuk kehidupan kekal.

Keluarga yang kuat menuntut usaha. Keluarga Anda akan diberkati ketika Anda melakukan bagian Anda untuk memperkuatnya. Bersikaplah riang, suka membantu, serta penuh timbang rasa terhadap anggota keluarga. Banyak masalah di dalam rumah tangga tercipta karena para anggota keluarga berbicara dan bertindak secara egois atau tidak ramah. Berusahalah untuk menjadi pembawa damai alih-alih menggoda, berkelahi, dan bertengkar. Tunjukkan kasih kepada anggota keluarga Anda setiap hari. Bagikan kesaksian Anda kepada keluarga melalui perkataan dan tindakan. Teladan baik Anda dapat membuat perbedaan dalam memperkuat keluarga Anda.

Hormatilah orang tua Anda dengan menunjukkan kasih serta rasa hormat kepada mereka. Patuhilah mereka ketika mereka menuntun Anda dalam kebenaran. Bersedialah untuk membantu di rumah. Berperansertalah dalam kegiatan dan tradisi keluarga yang sehat. Bergabunglah dengan keluarga Anda dalam doa keluarga, penelaahan tulisan suci keluarga, dan malam keluarga. Mematuhi

perintah-perintah ini memperkuat serta mempersatukan keluarga. Jika keluarga Anda tidak melakukan hal-hal tersebut bersama, berdoa dan telaahlah tulisan suci sendirian. Teladan Anda mungkin mendorong anggota keluarga Anda untuk bergabung dengan Anda.

Perkuatlah hubungan Anda dengan saudara lelaki dan saudara perempuan Anda. Mereka dapat menjadi teman-teman terdekat Anda. Dukunglah mereka dalam minat mereka, serta bantulah mereka dengan tantangan-tantangan yang mungkin mereka hadapi.

Allah menginginkan agar semua anak-anak-Nya datang ke dunia sebagai bagian dari keluarga kekal dengan ibu dan ayah yang mengasihi dan peduli terhadap satu sama lain serta anak-anak mereka. Jika Anda tidak mengalami ini, bersabarlah dan teruslah hidup secara benar. Carilah panutan yang layak. Bersiaplah sekarang untuk memenuhi peran ilahi Anda sebagai seorang suami atau istri dan sebagai orang tua. Bertekadlah untuk menikah di bait suci dan membentuk keluarga kekal Anda sendiri.

Efesus 6:1–3; Mosia 4:14–15

Seberapa peka saya terhadap kebutuhan dan keinginan anggota keluarga saya?



Teman-Teman

Segala sesuatu yang kamu lakukan untuk salah seorang dari saudara-Ku yang paling hina ini, kamu telah melakukannya untuk Aku. Matius 25:40



Setiap orang membutuhkan teman baik dan sejati. Mereka akan menjadi kekuatan dan berkat besar bagi Anda. Mereka akan memengaruhi bagaimana Anda berpikir dan bertindak, dan bahkan membantu menentukan akan menjadi siapa Anda. Mereka akan membantu Anda menjadi orang yang lebih baik dan akan memudahkan bagi Anda untuk menjalankan Injil Yesus Kristus. Pilihlah teman-teman yang juga meyakini nilai-nilai yang Anda miliki sehingga Anda dapat saling memperkuat dan mendorong dalam menja-

lankan standar-standar yang tinggi.

Untuk memiliki teman-teman yang baik, Anda sendiri harus menjadi teman yang baik. Tunjukkanlah minat tulus terhadap orang lain; tersenyumlah serta biarkan mereka mengetahui bahwa Anda peduli terhadap mereka. Perlakukan setiap orang dengan kebaikan dan rasa hormat, serta berhentilah menghakimi dan mengkritik mereka yang di sekitar Anda. Jangan berperan serta dalam bentuk apa pun untuk mengganggu yang lemah. Buatlah usaha khusus untuk menjadi teman bagi mereka yang pemalu atau kesepian, memiliki kebutuhan khusus, atau merasa tersisihkan.

Ketika Anda berusaha menjadi teman bagi orang lain, jangan berkompromi dengan standar-standar Anda. Jika teman-teman Anda mendesak Anda untuk melakukan hal yang salah, jadilah seorang



yang membela kebenaran, bahkan jika Anda berdiri sendirian. Anda mungkin perlu menemukan teman-teman lain yang akan mendukung Anda dalam mematuhi perintah-perintah. Carilah bimbingan Roh Kudus ketika Anda membuat pilihan-pilihan ini.

Ketika Anda berjuang untuk menjalankan Injil, Anda akan mendorong teman-teman Anda untuk melakukan hal yang sama. Jadilah teladan dalam mematuhi perintah-perintah, berperan serta dalam kegiatan-kegiatan Gereja, bersiap untuk melayani Tuhan sepanjang hidup Anda, dan senantiasa layak untuk memasuki bait suci.

Undanglah teman-teman Anda yang beragama lain ke pertemuan dan kegiatan Gereja. Bantulah mereka merasa disambut dan disertakan. Banyak orang telah menjadi anggota Gereja melalui teladan dan penerangan dari teman-teman mereka. Juga buatlah usaha khusus untuk menjangkau para anggota baru dan mereka yang tidak aktif.

1 Timotius 4:12; Alma 17:1–2

Teman seperti apakah saya?

Rasa Syukur

Dan dia yang menerima segala sesuatu dengan rasa terima kasih akan dijadikan mulia. Ajaran dan Perjanjian 78:19



Tuhan ingin Anda memiliki semangat rasa syukur dalam segala hal yang Anda lakukan serta katakan. Hiduplah dengan semangat berterima kasih dan Anda akan memiliki kebahagiaan serta kepuasan yang lebih besar dalam kehidupan. Rasa syukur akan memalingkan hati Anda kepada Tuhan dan membantu Anda mengenali pengaruh dan berkat-Nya dalam kehidupan Anda. Bahkan pada saat-saat paling sulit, Anda dapat menemukan banyak hal untuk disyukuri. Melakukan hal ini akan memperkuat dan

memberkati Anda.

Dalam doa-doa Anda, curahkanlah isi hati Anda kepada Bapa di Surga dalam rasa syukur untuk berkat-berkat yang telah Anda terima. Jadilah spesifik saat bersyukur kepada-Nya untuk kebaikan-Nya, untuk keluarga, untuk teman-teman, untuk para pemimpin dan guru, untuk Injil, serta untuk Putra-Nya, Yesus Kristus.

Anda juga dapat mengungkapkan rasa syukur kepada Tuhan melalui cara hidup Anda. Ketika Anda mematuhi perintah-perintah-Nya dan melayani sesama, Anda menunjukkan bahwa Anda mengasihi Dia serta bersyukur kepada-Nya. Nyatakanlah rasa syukur Anda kepada orang lain yang memberkati kehidupan Anda dalam banyak cara.

Lukas 17:12–19; Alma 34:38

Bagaimana saya dapat mengungkapkan rasa syukur yang tulus untuk berkat-berkat saya?

Kejujuran dan Integritas

Jangan mencuri. Jangan mengucapkan saksi dusta tentang sesamamu. Keluaran 20:15–16

Jujurlah terhadap diri Anda sendiri, orang lain, serta Allah setiap saat. Menjadi jujur berarti memilih untuk tidak berbohong, mencuri, berbuat curang, atau menipu dalam segala cara. Sewaktu Anda jujur, Anda membangun kekuatan karakter yang akan memungkinkan Anda untuk melakukan pelayanan yang besar kepada Allah dan sesama. Anda akan diberkati dengan kedamaian pikiran serta harga diri. Anda akan dipercaya oleh Tuhan dan akan menjadi layak untuk memasuki bait suci kudus-Nya.

Ketidakjujuran menyakiti Anda serta menyakiti orang lain juga. Jika Anda berbohong, mencuri, mengutil, atau menipu, Anda merusak roh Anda dan juga hubungan Anda dengan orang lain. Menjadi jujur akan mempertinggi kesempatan masa depan Anda serta kemampuan Anda untuk dibimbing oleh Roh Kudus. Jujurlah di sekolah; pilihlah untuk tidak berbuat curang dalam cara apa pun. Jujurlah dalam pekerjaan Anda, dengan memberikan waktu kerja penuh untuk gaji Anda. Janganlah merasionalisasi bahwa ketidakjujuran dapat diterima, meskipun orang lain mungkin berpikir itu bukanlah masalah.

Berhubungan erat dengan kejujuran adalah integritas. Integritas berarti berpikir dan melakukan apa yang benar setiap saat, apa pun konsekuensinya. Sewaktu Anda memiliki integritas, Anda berkeinginan untuk hidup sesuai standar-standar dan kepercayaan Anda meskipun tidak ada yang memerhatikan. Pilihlah untuk hidup dengan pikiran dan perilaku Anda yang selalu selaras dengan Injil.

Alma 27:27; 53:20

Apakah saya jujur dalam setiap percakapan dan urusan?

Bahasa

Janganlah ada perkataan kotor keluar dari mulutmu, tetapi pakailah perkataan yang baik. Efesus 4:29



Cara Anda berkomunikasi hendaknya mencerminkan siapa diri Anda sebagai putra atau putri Allah. Bahasa yang bersih dan cerdas merupakan bukti dari pikiran yang cemerlang dan sehat. Bahasa yang baik yang meneguhkan, mendorong, dan memuji orang lain mengundang Roh untuk menyertai Anda. Perkataan kita, seperti perbuatan kita, hendaknya diisi dengan iman, harapan, dan kasih amal.

Pilihlah teman-teman yang menggunakan bahasa yang baik. Bantulah orang lain memperbaiki bahasa mereka dengan teladan Anda. Dengan sopan pergilah menghindar atau ubahlah pokok bahasan ketika orang-orang di sekitar Anda menggunakan bahasa yang tidak pantas.

Berbicaralah secara ramah serta positif mengenai orang lain. Janganlah menghina orang lain ataupun meremehkan mereka, bahkan dalam bergurau. Hindari gosip macam apa pun, serta hindari berbicara dalam kemarahan. Sewaktu Anda tergoda untuk mengatakan hal-hal yang kasar atau menyakitkan, tetapkan diam.

Senantiasa gunakan nama Allah dan Yesus Kristus dengan khidmat dan hormat. Menyalahgunakan nama Mereka adalah dosa. Sewaktu Anda berdoa, sebutlah Bapa Anda di Surga dalam bahasa yang khidmat dan penuh hormat. Juruselamat menggunakan bahasa yang demikian penuh hormat dalam Doa Tuhan (lihat *Matius 6:9–12*).



Jangan gunakan bahasa maupun isyarat yang kotor, kasar, atau tidak sopan, serta jangan menceritakan lelucon maupun kisah mengenai tindakan-tindakan tak bermoral. Hal-hal tersebut menyakiti Allah dan orang lain

Ingatlah bahwa standar-standar mengenai bahasa yang Anda gunakan ini berlaku untuk semua bentuk komunikasi, termasuk sms melalui telepon selular atau komunikasi melalui Internet.

Jika Anda memiliki kebiasaan menggunakan bahasa yang tidak sesuai dengan standar-standar ini—seperti bersumpah serapah, mengejek, bergosip, ataupun berbicara dalam kemarahan kepada orang lain—Anda dapat berubah. Berdoalah memohon bantuan. Mintalah keluarga serta teman-teman Anda untuk mendukung Anda dalam hasrat Anda untuk menggunakan bahasa yang baik.

Keluaran 20: 7; Yakobus 3:2–13; Mosia 4:30

Apa yang diungkapkan kata-kata saya mengenai diri saya?

Musik dan Dansa

Pujilah Tuhan dengan bernyanyi, dengan musik, dengan menari. Ajaran dan Perjanjian 136:28



Musik dapat memperkaya kehidupan Anda. Itu dapat memperbaiki serta menginspirasi Anda dan membantu Anda lebih dekat kepada Bapa Surgawi. Musik memiliki efek mendalam pada benak, roh, dan perilaku Anda.

Pilihlah dengan hati-hati musik yang Anda dengarkan. Perhatikan bagaimana perasaan Anda saat mendengarkannya. Beberapa musik dapat membawa pesan-pesan jahat dan merusak. Jangan mendengarkan musik yang mendorong amoral atau mengagungkan kekerasan melalui lirik, ketukan, atau intensitasnya. Jangan mendengarkan musik yang menggunakan bahasa kotor atau kasar atau menganjurkan praktik kejahatan. Musik semacam itu dapat mengurangi kepekaan rohani Anda.

Belajar dan nyanyikanlah nyanyian pujian. Nyanyian pujian dapat mengangkat roh, menggugah Anda pada tindakan bajik, serta membantu Anda menahan godaan musuh.

Sewaktu mendengarkan musik, bersikaplah santun kepada mereka di sekitar Anda. Jagalah volume musik Anda sepentasnya, dan lepaskan alat pendengar Anda sewaktu orang lain berbicara kepada Anda atau menginginkan Anda mengambil bagian dari kegiatan mereka. Ingatlah bahwa Roh berbicara dengan suara lembut, tenang. Jika Anda mendengarkan musik secara terus-menerus, Anda mungkin tidak memiliki saat tenang yang Anda perlukan untuk berpikir, merasakan, serta menerima bimbingan rohani.



Berdansa dapat menggembirakan serta dapat menyediakan kesempatan untuk bertemu orang baru. Bagaimanapun, itu juga dapat disalahgunakan. Ketika berdansa, hindari kontak tubuh sepenuhnya dengan pasangan Anda. Jangan menggunakan posisi atau gerakan-gerakan yang merangsang (menyarankan perilaku seksual) atau perilaku kekerasan atau tidak pantas.

Hadirlah hanya acara-acara dansa yang pakaian, dandanannya, tata lampu, lirik, musik, serta hiburannya menunjang suasana yang sehat sehingga Roh dapat hadir.

Ajaran dan Perjanjian 25:12

Apakah musik yang saya dengar mengundang Roh?



Kesehatan Jasmani dan Emosi

Semua orang suci yang ingat untuk menaati dan melakukan firman ini ... akan menerima kesehatan di pusat mereka dan sumsum bagi tulang mereka; Dan akan menemukan kebijaksanaan dan harta pengetahuan yang besar. Ajaran dan Perjanjian 89:18–19

Tubuh Anda adalah bait suci, karunia dari Allah. Anda akan diberkati ketika Anda merawat tubuh Anda. Pilihlah untuk mematuhi Firman Kebijaksanaan (lihat *A&P* 89). Sewaktu Anda mematuhi hukum ini, Anda tetap bebas dari kecanduan yang membahayakan serta memiliki kendali terhadap kehidupan Anda. Anda memperoleh berkat-berkat tubuh yang sehat, pikiran yang tanggap, serta bimbingan Roh Kudus. Anda akan siap untuk melayani Tuhan. Jangan pernah membiarkan Setan maupun orang lain menipu Anda untuk berpikir bahwa melanggar Firman Kebijaksanaan akan membuat Anda lebih bahagia, lebih populer, atau lebih menarik.

Untuk merawat tubuh Anda, makanlah makanan bernutrisi, berolahragalah secara teratur, serta beristirahatlah dengan cukup. Lakukan dengan seimbang dan tidak berlebihan dalam semua aspek kesehatan jasmani Anda. Juga, hindari berdiet secara ekstrem yang dapat menuntun pola makan tidak teratur. Janganlah secara sengaja menyakiti tubuh Anda. Hindari kegiatan berbahaya yang dapat menyebabkan tubuh Anda terluka serius.

Jangan minum kopi atau teh. Jangan pernah menggunakan produk tembakau atau bentuk apa pun dari alkohol; itu mencandukan serta merusak tubuh dan roh Anda. Berada di bawah pengaruh

alkohol melemahkan penilaian dan pengendalian diri Anda. Kebiasaan minum dapat menuntun pada kecanduan alkohol, yang menghancurkan individu dan keluarga.

Hindarilah minuman, obat-obatan, bahan kimia, maupun praktik berbahaya jenis apa pun yang digunakan untuk menghasilkan sensasi “melayang” atau dampak buatan lainnya yang dapat merusak tubuh dan pikiran Anda. Beberapa diantaranya termasuk mariyuana, obat-obatan keras, resep atau obat-obatan yang dibeli secara bebas yang disalahgunakan, serta bahan-bahan kimia pembersih di rumah. Penggunaan zat-zat tersebut dapat menuntun pada kecanduan serta menghancurkan pikiran dan jasmani Anda.



Kecanduan menyakiti keadaan jasmani, mental, emosi, dan rohani. Hal-hal tersebut merusak hubungan dengan keluarga dan teman-teman serta mengurangi rasa harga diri. Hal-hal tersebut membatasi kemampuan Anda untuk membuat pilihan bagi diri sendiri. Jika Anda bermasalah dengan salah satu jenis kecanduan ini, carilah bantuan dari orang tua serta uskup Anda sekarang.

Kesehatan emosi Anda juga penting dan dapat memengaruhi keadaan rohani serta jasmani Anda. Kekecewaan dan saat-saat sedih adalah bagian dari kehidupan fana. Bagaimanapun, jika Anda larut dalam perasaan sedih, putus asa, gelisah, atau depresi, bicaralah dengan orang tua serta uskup Anda dan carilah bantuan.

Dalam semua aspek kehidupan Anda, carilah solusi yang sehat dari setiap masalah. Lakukan segalanya untuk melindungi kesehatan jasmani dan emosi Anda sehingga Anda dapat memenuhi potensi ilahi Anda sebagai putra atau putri Allah.

Daniel 1:3–20; Alma 53:20

Apa yang saya lakukan setiap hari untuk merawat tubuh saya?



Pertobatan

Dengan ini kamu boleh mengetahui jika seseorang bertobat dari dosa-dosanya—lihatlah, dia akan mengakuinya dan meninggalkannya. Ajaran dan Perjanjian 58:43



Juruselamat menderita bagi dosa-dosa kita dan memberikan hidup-Nya bagi kita. Pengurbanan besar ini disebut Pendamaian. Melalui Pendamaian, Anda dapat menerima pengampunan serta dibersihkan dari dosa-dosa Anda ketika Anda bertobat.

Pertobatan lebih dari sekadar mengakui pelanggaran. Pertobatan adalah perubahan pikiran dan hati. Itu mencakup berbalik dari dosa dan berpaling kepada pengampunan Allah. Hal tersebut dimotivasi oleh kasih bagi Allah dan hasrat tulus untuk mematuhi

perintah-perintah-Nya.

Setan ingin agar Anda berpikir bahwa Anda tidak dapat bertobat, tetapi itu sama sekali tidaklah benar. Juruselamat telah menjanjikan kepada Anda pengampunan jika Anda mau merendahkan diri serta berusaha melakukan apa yang diperlukan untuk bertobat. Jika Anda telah berdosa, semakin cepat Anda bertobat, semakin cepat Anda memulai perjalanan Anda kembali dan menemukan kedamaian serta sukacita yang datang bersama pengampunan. Jika Anda menunda pertobatan, Anda dapat kehilangan berkat, kesempatan, dan bimbingan rohani. Anda juga dapat menjadi terjatuh lebih jauh dalam perilaku penuh dosa, membuat Anda semakin sulit untuk menemukan jalan untuk kembali.

Beberapa orang dengan sengaja melanggar perintah-perintah Allah, berencana untuk bertobat kemudian, seperti sebelum



mereka pergi ke bait suci atau melayani misi. Dosa yang dilakukan dengan sengaja seperti itu menghina Pendamaian Juruselamat.

Untuk bertobat, Anda perlu mengakui dosa-dosa Anda kepada Tuhan. Kemudian mencari pengampunan dari mereka yang kepadanya Anda telah berbuat kesalahan, dan memperbaikinya sejauh memungkinkan apa yang telah dirusak oleh tindakan Anda. Ketika Anda berusaha keras untuk bertobat, carilah bantuan serta nasihat dari orang tua Anda. Dosa-dosa serius, seperti pelanggaran seksual atau penggunaan pornografi, perlu pengakuan kepada uskup Anda. Jadilah jujur secara penuh kepadanya. Dia akan membantu Anda bertobat. Jika Anda memiliki pertanyaan mengenai apa yang hendak dibahas dengan uskup, bicarakanlah dengan orang tua Anda atau dengannya.

Ketika Anda melakukan apa yang diperlukan untuk bertobat serta menerima pengampunan, Anda akan mengetahui bagi diri Anda sendiri kuasa Pendamaian dan kasih yang Allah miliki bagi Anda. Anda akan merasakan kedamaian dari Tuhan Yesus Kristus, yang akan memberi Anda kekuatan besar, dan Anda akan menjadi lebih seperti Dia.

Alma 36:6–24; Ajaran dan Perjanjian 58:42; 88:86

Bagaimana saya dapat membawa kuasa Pendamaian ke dalam kehidupan saya?

Pengudusan Hari Sabat

*Ingatlah dan kuduskanlah
hari Sabat. Keluaran 20:8*



Tuhan telah memberi hari Sabat untuk kepentingan Anda dan telah memerintahkan Anda untuk menguduskannya.

Menghormati hari Sabat mencakup menghadiri semua pertemuan Gereja Anda. Pergi ke pertemuan sakramen siap untuk menyembah Tuhan dan mengambil sakramen dengan layak. Selama pertemuan sakramen, bersikaplah khidmat dan bersedia untuk belajar. Hindarilah kegiatan yang akan mengganggu Anda atau orang lain selama pertemuan kudus ini. Datanglah tepat waktu untuk per-

temuan-pertemuan Anda. Ketika Anda melakukan hal-hal ini, Anda mengundang Roh Tuhan untuk bersama Anda.

Bersiaplah sepanjang minggu sehingga Anda dapat mengisi hari Minggu untuk banyak kegiatan meneguhkan yang sesuai untuk hari Sabat. Kegiatan semacam itu termasuk meluangkan waktu tenang bersama keluarga, menelaah Injil, memenuhi panggilan dan tanggung jawab Gereja Anda, melayani orang lain, menulis surat, menulis jurnal, serta melakukan pekerjaan sejarah keluarga. Perilaku dan cara berpakaian Anda pada hari Sabat hendaknya menunjukkan rasa hormat kepada Tuhan serta hari kudus-Nya.

Hari Minggu bukanlah hari untuk berbelanja, berekreasi, atau acara-acara atletik. Jangan mencari hiburan atau mengeluarkan uang pada hari ini. Biarkan teman-teman Anda mengetahui apa standar-standar Anda agar mereka dapat mendukung Anda. Ketika mencari



pekerjaan, utarakan kepada calon majikan Anda keinginan Anda untuk menghadiri pertemuan hari Minggu Anda serta menguduskan hari Sabat. Jika memungkinkan, pilihlah pekerjaan yang tidak mengharuskan Anda bekerja pada hari Minggu.

Menghormati hari Sabat akan membawa Anda lebih dekat kepada Tuhan dan keluarga Anda. Itu akan memberi Anda pandangan kekal serta kekuatan rohani.

Yesaya 58:13–14; Ajaran dan Perjanjian 59:9–13

Apa lagi yang dapat saya lakukan untuk menguduskan hari Sabat?

Pelayanan

Bilamana kamu berada dalam pelayanan bagi sesama manusia kamu semata-mata berada dalam pelayanan bagi Allahmu. Mosia 2:17



Pelayanan kepada sesama merupakan sifat penting dari seorang murid Yesus Kristus. Seorang murid bersedia menanggung beban orang lain dan menghibur mereka yang membutuhkan hiburan. Sering kali Bapa Surgawi akan memenuhi kebutuhan orang lain melalui Anda.

Ada banyak cara untuk melayani sesama. Beberapa pelayanan paling penting yang dapat Anda berikan adalah dalam keluarga Anda sendiri. Anda juga dapat melayani di dalam tugas-tugas Gereja, sekolah, serta masyarakat Anda. Anda dapat melayani dengan melakukan pekerjaan bait suci dan sejarah keluarga. Anda dapat melayani dengan membagikan Injil dengan orang lain sekarang dan sebagai misionaris penuh-waktu nantinya. Sering kali pelayanan yang paling berarti diungkapkan melalui tindakan kebaikan sehari-hari yang sederhana. Carilah bimbingan Roh Kudus setiap hari untuk mengetahui siapa yang perlu dilayani dan bagaimana membantu mereka memenuhi kebutuhannya. Ikuti teladan Juruselamat ketika melayani orang lain.

Ketika Anda mengabdikan diri untuk melayani sesama, Anda akan menjadi lebih dekat dengan Bapa Surgawi. Hati Anda akan



dipenuhi dengan kasih. Anda akan belajar bahwa pelayanan dan pengurbanan adalah cara untuk mengatasi keegoisan. Anda akan menikmati kebahagiaan yang datang hanya dari memberi pelayanan kepada Allah dan sesama. Kapasitas Anda akan meningkat, dan Anda akan menjadi alat dalam tangan Allah untuk memberkati kehidupan anak-anak-Nya.

Lukas 10:25–37; Mosia 18:8–9

Kesempatan-kesempatan apa yang saya miliki untuk melayani sesama?



Kemurnian Akhlak

Kuasa penciptaan yang kudus ini digunakan hanya antara pria dan wanita, yang telah dinikahkan secara resmi sebagai suami dan istri. “Keluarga: Pernyataan kepada Dunia”

Hubungan intim antara suami dan istri adalah indah serta sakral. Hal itu ditetapkan oleh Allah untuk penciptaan anak dan untuk mengungkapkan kasih antara suami dan istri. Allah telah memerintahkan agar keintiman seksual hanya digunakan dalam pernikahan.

Ketika Anda murni secara seksual, Anda mempersiapkan diri Anda sendiri untuk membuat dan mematuhi perjanjian-perjanjian sakral di bait suci. Anda mempersiapkan diri Anda sendiri untuk membangun sebuah pernikahan yang kuat serta untuk membawa anak-anak ke dunia sebagai bagian dari keluarga kekal dan penuh kasih. Anda melindungi diri Anda sendiri dari kerusakan rohani dan emosi yang datang dari berhubungan intim dengan seseorang di luar pernikahan. Anda juga melindungi diri Anda sendiri dari penyakit berbahaya. Menjadi tetap murni secara seksual membantu Anda menjadi percaya diri serta benar-benar bahagia dan meningkatkan kemampuan Anda untuk membuat keputusan yang baik sekarang serta di masa depan.

Standar-standar Tuhan mengenai kemurnian akhlak adalah jelas dan tidak berubah. Jangan melakukan hubungan seksual apa pun sebelum pernikahan, dan setia sepenuhnya kepada pasangan Anda setelah pernikahan. Jangan biarkan media, teman sebaya, atau orang lain membujuk Anda bahwa hubungan intim sebelum pernikahan dapat diterima. Itu tidak benar. Dalam pandangan Allah, dosa seksual adalah sangat serius. Mereka mencemari kuasa sakral yang diberikan Allah kepada kita untuk menciptakan kehidupan. Nabi Alma mengajarkan bahwa dosa seksual adalah

lebih serius daripada dosa lain apa pun kecuali membunuh atau menyangkal Roh Kudus (lihat *Alma 39:5*).

Jangan pernah melakukan apa pun yang dapat menuntun pada pelanggaran seksual. Perlakukan orang lain dengan rasa hormat, bukan sebagai objek yang dapat digunakan untuk memuaskan nafsu serta hasrat egois. Sebelum pernikahan, jangan melakukan ciuman penuh nafsu, berbaring di atas orang lain, atau menyentuh bagian-bagian pribadi serta suci dari tubuh orang lain, dengan atau tanpa pakaian. Jangan melakukan apa pun yang membangkitkan berahi. Jangan membangkitkan emosi-emosi tersebut di dalam tubuh Anda sendiri. Perhatikan bisikan-bisikan Roh supaya Anda dapat menjadi bersih dan bajik. Roh Tuhan akan menarik diri dari seseorang yang melakukan pelanggaran seksual.

Hindari situasi yang mengundang bertambahnya godaan, seperti kegiatan larut malam atau menginap yang jauh dari rumah atau kegiatan dimana tidak ada pengawasan orang dewasa. Jangan berperan serta dalam diskusi atau media apa pun yang membangkitkan perasaan seksual. Jangan berperan serta dalam jenis pornografi apa pun. Roh dapat membantu Anda mengetahui kapan Anda berada dalam bahaya dan memberi Anda kekuatan untuk mengeluarkan diri Anda dari situasi tersebut. Beriman dan patuhilah nasihat bajik dari orang tua serta pemimpin Anda.

Perilaku homoseksual dan lesbian adalah dosa serius. Jika Anda menemukan diri Anda berjuang dengan daya tarik sesama jenis atau Anda dibujuk untuk berperan serta dalam perilaku tidak pantas, carilah nasihat dari orang tua dan uskup Anda. Mereka akan membantu Anda.

Korban perundungan seksual tidaklah berdosa dan tidak perlu bertobat. Jika Anda pernah menjadi korban perundungan, ketahuilah bahwa Anda tidak bersalah dan bahwa Allah mengasihi Anda. Bicaralah kepada orang tua Anda atau orang dewasa lain yang dapat dipercaya, dan carilah nasihat uskup Anda secepatnya. Mereka dapat mendukung Anda secara rohani serta membantu Anda untuk mendapatkan perlindungan dan bantuan yang Anda perlukan. Proses penyembuhan dapat memakan waktu. Percayalah



kepada Juruselamat. Dia akan menyembuhkan Anda dan memberi Anda kedamaian.

Jika Anda tergoda untuk melakukan pelanggaran seksual apa pun, carilah bantuan dari orang tua dan uskup. Berdoalah kepada Bapa di Surga, yang akan membantu Anda menolak godaan serta mengatasi pikiran dan perasaan yang tidak pantas. Jika Anda telah melakukan pelanggaran seksual, bicaralah kepada uskup Anda sekarang dan mulailah proses pertobatan sehingga Anda dapat menemukan kedamaian serta penemuan penuh dari Roh.

Buatlah komitmen pribadi untuk menjadi murni secara seksual. Melalui perkataan dan tindakan Anda, doronglah orang lain untuk melakukan yang sama.

Kejadian 39:1–12; Ajaran dan Perjanjian 38:42

Apakah saya memahami mengapa kemurnian akhlak adalah penting untuk menjadi sungguh-sungguh bahagia?


Persepuluhan dan Persembahan

Bawalah seluruh persembahan persepuluhan itu ke dalam rumah perbendaharaan, ... dan ujilah Aku, firman Tuhan semesta alam, apakah Aku tidak membukakan bagimu tingkap-tingkap langit dan mencurahkan berkat kepadamu sampai berkelimpahan. Maleakhi 3:10

Memilih untuk menjalankan hukum persepuluhan akan menjadi berkat besar sepanjang kehidupan Anda. Persepuluhan adalah sepersepuluh dari pendapatan Anda. Untuk memasuki bait suci, Anda harus menjadi pembayar persepuluhan penuh.

Membayar persepuluhan adalah kesempatan istimewa yang sakral. Ketika Anda membayar persepuluhan, Anda menunjukkan rasa syukur atas semua pemberian Allah kepada Anda dan mengembalikannya kepada-Nya sebagian dari yang Anda terima. Persepuluhan digunakan untuk membangun bait suci dan gedung pertemuan, menerjemahkan serta menerbitkan tulisan suci, melakukan pekerjaan misionaris serta sejarah keluarga, dan dengan cara lain membangun kerajaan Allah di bumi.

Sikap Anda adalah penting dalam membayar persepuluhan. Bayarlah persepuluhan karena Anda mengasihi Tuhan serta beriman kepada-Nya. Bayarlah persepuluhan secara sukarela dan hati yang penuh syukur. Bayarlah persepuluhan terlebih dahulu, bahkan ketika Anda berpikir Anda tidak memiliki cukup uang untuk memenuhi kebutuhan lain Anda. Melakukan hal itu akan membantu Anda mengembangkan iman lebih besar, mengatasi sifat mementingkan diri, dan menjadikan diri Anda lebih mudah untuk menerima Roh.



Setiap tahun, jadwalkan suatu waktu untuk pemberesan persepuluhan dengan uskup Anda. Ini merupakan pertemuan saat Anda memeriksa catatan sumbangan Anda serta menyatakan apakah Anda telah membayar persepuluhan Anda secara penuh.

Patuhilah hukum puasa dengan berpuasa setiap bulan, jika kesehatan mengizinkan. Minggu puasa biasanya pada hari Minggu pertama dari bulan itu. Suatu kepatuhan terhadap hari puasa yang benar mencakup tidak makan maupun minum selama dua kali waktu makan yang berurutan dan memberikan persembahan puasa dengan murah hati untuk membantu memelihara mereka yang membutuhkan. Berpuasalah dengan suatu tujuan. Mulai dan akhirlah puasa Anda dengan doa, tunjukkan rasa syukur dan mintalah bantuan untuk kebutuhan khusus yang Anda atau orang lain miliki. Berpuasa akan memperkuat disiplin diri Anda sendiri, membentengi Anda dari godaan, dan membawa berkat-berkat Tuhan ke dalam kehidupan Anda.

Ketika Anda mematuhi hukum persepuluhan dan hukum puasa, Tuhan akan memberkati Anda baik secara rohani maupun jasmani.

Yakub 2:17–19; Ajaran dan perjanjian 119:3–4

Apakah saya menyadari bahwa semua yang saya miliki berasal dari Tuhan?

Kerja dan Kemandirian

Janganlah engkau membuang waktumu, janganlah juga engkau mengubur talentamu. Ajaran dan Perjanjian 60:13

Bekerja adalah terhormat. Mengembangkan kapasitas untuk bekerja akan membantu Anda berkontribusi terhadap dunia di mana Anda tinggal. Itu akan memberi Anda bertambahnya rasa harga diri. Itu akan memberkati Anda dan keluarga Anda, baik sekarang maupun di masa datang.

Belajar untuk bekerja dimulai di rumah. Bantulah keluarga Anda dengan secara sukarela berperan serta dalam pekerjaan yang diperlukan untuk memelihara rumah. Belajarlah sejak dini untuk mengatur uang Anda secara bijaksana dan hiduplah sesuai dengan penghasilan Anda. Ikutilah ajaran-ajaran para nabi dengan membayar persepuluhannya, menghindari utang, serta menabung untuk masa depan.

Tentukanlah gol yang tinggi bagi diri Anda sendiri, dan bersedia bekerja keras untuk menggapainya. Kembangkanlah disiplin diri, dan dapat diandalkan. Lakukan yang terbaik dalam pemanggilan Gereja Anda, pekerjaan sekolah, pekerjaan, serta pengejaran yang pantas lainnya. Para remaja putra hendaknya bersedia untuk melakukan apa yang perlu dipersiapkan untuk melayani misi penuh-waktu. Bapa Surgawi telah memberi Anda karunia dan bakat serta mengetahui apa yang mampu Anda raih. Carilah bantuan serta bimbingan-Nya ketika Anda bekerja untuk mencapai gol-gol Anda.

Tuhan telah memerintahkan kepada kita untuk tidak menjadi malas. Kemalasan dapat menuntun pada perilaku yang tidak pantas, kerusakan hubungan, serta dosa. Satu bentuk kemalasan adalah menghabiskan sejumlah waktu secara berlebihan dalam kegiatan yang menjauhkan Anda dari kerja produktif, seperti menggunakan Internet, bermain *video games*, serta menonton televisi.



Jangan membuang waktu dan uang Anda dalam perjudian. Perjudian adalah salah dan hendaknya tidak digunakan sebagai suatu bentuk hiburan. Itu mencandukan serta menuntun kepada hilangnya kesempatan, menghancurkan kehidupan, dan merusak keluarga. Adalah keliru untuk memercayai bahwa Anda dapat memperoleh sesuatu tanpa apa pun.

Salah satu berkat dari kerja adalah mengembangkan kemandirian. Sewaktu Anda menjadi mandiri, Anda menggunakan berkat serta kemampuan yang telah diberikan Allah untuk merawat diri Anda sendiri dan keluarga serta untuk menemukan solusi bagi masalah-masalah Anda sendiri. Kemandirian tidak berarti bahwa Anda harus dapat melakukan semua hal sendirian. Agar benar-benar mandiri, Anda harus belajar bagaimana bekerja dengan orang lain dan berpaling kepada Tuhan memohon bantuan serta kekuatan-Nya.

Ingatlah bahwa Allah memiliki pekerjaan besar untuk Anda lakukan. Dia akan memberkati Anda dalam upaya Anda untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut.

2 Nefi 5:17; Ajaran dan Perjanjian 58:26–27

Apakah saya dapat diandalkan dan bersedia untuk melakukan apa yang saya katakan akan saya lakukan?

Maju dengan Iman

Melalui apa yang kecil dan sederhana apa yang besar didatangkan. Alma 37:6



Standar-standar yang diberikan dalam pamflet ini merupakan suatu bimbingan untuk membantu Anda membuat pilihan-pilihan yang benar. Kaji ulang standar-standar tersebut secara sering dan tanyakan kepada diri Anda, “Apakah saya hidup di jalan yang Tuhan inginkan?” dan “Bagaimana saya telah diberkati dengan menjalankan standar-standar ini?”

Untuk membantu Anda menjadi semua yang Tuhan inginkan, berlututlah setiap pagi dan malam dalam doa kepada Bapa Anda di Surga. Nyatakanlah kepada-Nya rasa syukur serta hasrat hati Anda. Dialah sumber segala kebijaksanaan. Dia akan mendengar dan menjawab doa-doa Anda.

Telaahlah tulisan suci setiap hari dan terapkan apa yang Anda baca dalam kehidupan Anda. Tulisan suci adalah sumber yang kuat akan wahyu pribadi dan bimbingan serta kekuatan yang berkesinambungan bagi kesaksian Anda.

Berusahalah keras setiap hari untuk menjadi patuh. Ikutilah standar-standar dalam buklet ini, dan imbaulah orang lain untuk menjalaninya juga. Ingatlah perjanjian-perjanjian yang telah Anda buat dan bahwa Anda memiliki kesempatan untuk memperbaruinya setiap minggu sewaktu Anda mengambil sakramen. Berusahalah keras untuk mematuhi perjanjian-perjanjian tersebut. Jika Anda melakukan suatu kesalahan, jangan menyerah pada diri Anda

sendiri. Bapa Surgawi Anda mengasihi Anda dan menginginkan Anda untuk mencari bantuan-Nya serta terus berusaha.

Jika memungkinkan, hadirilah bait suci serta rasakan sukacita dan kedamaian yang datang karena melayani di rumah Tuhan. Persiapkan diri Anda sendiri untuk perjanjian-perjanjian bait suci yang akan Anda buat di masa datang.

Remaja putra dari Imam Harun, lakukanlah pelayanan sebagai misionaris penuh-waktu. Ini adalah tugas imam. Jagalah diri Anda bersih dan layak, serta bekerjalah dengan rajin untuk mempersiapkan diri Anda mewakili Tuhan sebagai misionaris.

Dalam semua keadaan, ikutilah ajaran-ajaran para nabi, para pembesar Gereja lainnya, serta para pemimpin lokal Anda. Mereka akan menuntun Anda di jalan kebahagiaan.

Jadilah rendah hati dan bersedia untuk mendengarkan Roh Kudus serta menanggapi bisikan-Nya. Tempatkan kebijaksanaan Tuhan di atas kebijaksanaan Anda sendiri.

Ketika Anda melakukan hal-hal ini, Tuhan akan menjadikan hidup Anda berlimpah daripada yang dapat Anda lakukan sendiri. Dia akan meningkatkan kesempatan Anda, meluaskan visi Anda, serta memperkuat Anda. Dia akan memberi Anda bantuan yang Anda perlukan untuk mengatasi cobaan serta tantangan. Anda akan memperoleh kesaksian yang lebih kuat serta menemukan sukacita sejati ketika Anda mengenal Bapa Anda di Surga dan Putra-Nya, Yesus Kristus, dan merasakan kasih Mereka bagi Anda.

2 Nefi 31:16–21

Perintah

Dua Perintah Besar

1. Kasihilah Tuhan, Allahmu, dengan segenap hatimu dan dengan segenap jiwamu dan dengan segenap akal budimu. Itulah hukum yang terutama dan yang pertama.
2. Dan hukum yang kedua, yang sama dengan itu, ialah: Kasihilah sesamamu manusia seperti dirimu sendiri. Pada kedua hukum inilah tergantung seluruh hukum Taurat dan kitab para nabi.

Matius 22:37-40

Sepuluh Perintah

1. Jangan ada padamu allah lain dihadapan-Ku
2. Jangan membuat bagimu patung yang menyerupai apa pun
3. Jangan menyebut nama Tuhan Allahmu dengan sembarangan
4. Ingatlah dan kuduskanlah hari Sabat
5. Hormatilah ayahmu dan ibumu
6. Jangan membunuh.
7. Jangan berzina.
8. Jangan mencuri.
9. Jangan mengucapkan saksi dusta tentang sesamamu.
10. Jangan mengingini apa pun yang dipunyai sesamamu

Keluaran 20:3-4, 7-8, 12-17

Sesungguhnya Aku
berfirman kepadamu
semua: Bangkit dan
bersinarlah, agar terangmu
boleh menjadi standar
bagi bangsa-bangsa.

Ajaran dan Perjanjian 115:5

GEREJA
YESUS KRISTUS
DARI ORANG-ORANG SUCI
ZAMAN AKHIR

