

# Hvers vegna skiptir það svo miklu máli sem ég horfi eða hlusta á? Það skaðar engan.

–Skaðlaus í Helsinki

## Kæri Skaðlaus,

Allt sem þú horfir eða hlustar á hefur áhrif á það sem þú hugsar, skynjar og framkvæmir. Það hefur líka áhrif á þá manneskju sem þú verður.

Til að verða besta útgáfan af þér, horfðu og hlustaðu á það sem best er. Okkur er kennt að leita eftir því sem er „dyggðugt, fagurt, háleitt eða lofsvert“ (Trúaratriðin 1:13). Við getum líka vitað að eitthvað sé gott ef það hvetur okkur til að vilja *gera* góða hluti og „[trúa] á Krist“ (Moróni 7:16). Það sem þið horfið eða hlustið á skiptir svo miklu vegna þess að *þið* skiptið svo miklu.

Kærleikskveðjur,

Barnavinur

## Gátlisti góðra miðla

Notið þennan gátlista til að vera viss um að mata ykkar frábæra heila bara af frábærum miðlum!

- Það er upplyftandi og hjálpar mér að líða vel hið innra.
- Það hjálpar mér að gera góða hluti.
- Það hjálpar mér að vilja hlýða boðorðum Guðs.
- Hvað hvetur mig til að gera góða hluti.
- Það er háttvíst og á við staðla fjölskyldu minnar.

