

# 5 sätt att vara en fridsskapare

Charlotte Larcabal Speakman

När du tänker på en fridsskapare, vad ser du då framför dig? Tänker du på dig själv? Det bör du göra! Jesus Kristus bad oss att vara fridsskapare (se Matteus 5:9). Du behöver inte strida mot arméer eller vara en världsledare för att vara en sådan. Här är fem sätt att vara en fridsskapare precis här, just nu.

## 2. Försök förstå hur andra känner sig.



Ju mer du förstår någon annan, desto lättare är det att behandla den personen vänligt och ha en fridfull relation till honom eller henne.



## 1. Lyssna även när du inte håller med.

När du grälar med någon, stanna då upp och lyssna. När någon har en annan uppfattning, stanna då upp och lyssna.



## 3. Öva på problemlösning.

Många människor påtalar problem. Fridsskapare föreslår också lösningar. Ju mer du övar på att tänka ut lösningar, desto bättre blir du på problemlösning.

## 4. Välj tålmod.

Tänk på när du senast kände dig otålig. Var det en fridfull känsla? Troligen inte. När du känner de där otåliga känslorna, ta då ett djupt andetag. När du har tålmod med dig själv och andra kan du känna större frid.



## 5. Kom ihåg Jesus Kristus.

"Be om mod och visdom att säga eller göra det som han skulle säga eller göra", har president Nelson sagt. "När vi följer Fridsfursten blir vi hans fridsskapare."\*

