

# HOLD EN BØNN, HELAMÁN



Av Dayle Searle  
(Basert på en sann historie)

Det var Helamán's første skoledag. Han hadde på seg favorittskjorten sin og han hadde en ny blyant. Hans nye lærer lot ham sitte ved et bord sammen med vennene hans Sylvester, Jorge og Miguel. Det var en fin dag.

"Legg vekk tingene deres. Vi skal spise," sa Señora Martínez.

Helamán's familie ba alltid sammen før måltidene. Han rakte opp hånden. "Señora Martínez, skal vi be før vi spiser?" spurte han.

Señora Martínez smilte til Helamán og sa: "Du kan

holde en bønn for maten din hvis du ønsker det."

Helamán og vennene hans åpnet lunsjen sin.

"Hva er en bønn?" spurte Sylvester.

"Det er å snakke med vår himmelske Fader. Det er slik vi takker ham for maten vår," svarte Helamán.

"Kan du holde en bønn for oss alle?" spurte Miguel.

Helamán foldet armene. Hans tre venner foldet også armene. Helamán lukket øynene og bøyde hodet. Vennene hans gjorde det samme.

Så holdt Helamán en bønn, akkurat slik familien hans gjorde. Han takket vår himmelske Fader for



den fine dagen de hadde og for lunsjen deres. Han ba Gud velsigne maten deres. Han avsluttet med, i Jesu Kristi navn og sa: "Amen."

Sylvester, Jorge og Miguel kikket opp.

"Dere kan også si *amen*," sa Helamán.

Vennene hans gliste og sa: "Amen."

Ved lunsjtid dagen etter sa Sylvester: "Hold en bønn, Helamán."

"Ja, hold en bønn, Helamán," sa Miguel. Jorge nikket.

Så Helamán ba igjen. Denne gangen sa han at han var ekstra takknemlig for at hans mor hadde laget ham et skinke- og ostesmørbrød, hans favoritt. Han ba vår himmelske Fader hjelpe dem å lære i klassen den dagen.

Hver dag i lunsjen sa Helamán's venner: "Hold en bønn, Helamán." Og hver dag holdt Helamán en bønn. Han ba sammen med vennene sine hver dag i en uke.

Neste mandag ved lunsjen sa Miguel: "I dag skal jeg be."

Helamán ble overrasket. Han foldet armene, lukket øynene, bøyde hodet og lyttet mens Miguel ba.

Miguel begynte med å si: "Kjære himmelske Fader." Han takket ham for maten deres og ba ham velsigne den. Han avsluttet med, i Jesu

Kristi navn og sa: "Amen."

"Amen!" sa Helamán og Jorge.

"Amen," sa Sylvester. "Jeg visste ikke at du kunne be."

"Jeg lærte ved å lytte til Helamán. Jeg spurte foreldrene mine om jeg kunne holde en bønn for måltidene våre hjemme. De sa ja, så jeg ber akkurat slik Helamán gjør," sa Miguel.

"Oii!" sa Sylvester og sa: "Jeg tror jeg skal spørre foreldrene mine om jeg kan holde en bønn ved måltidene våre også."

"Jeg også!" sa Jorge.

Helamán smilte. Han var glad for at han hadde vært i stand til å hjelpe vennene sine å lære å snakke med vår himmelske Fader. Han visste at vår himmelske Fader elsket ham, og vår himmelske Fader elsket vennene hans også. ●

*Denne historien fant sted i Mexico.*

