

# Live Up to Your Privileges

By President Emily Belle Freeman  
*Young Women General President*

## Lebt so, wie es euer verbürgtes Recht ist

Präsidentin Emily Belle Freeman  
*Präsidentin der Jungen Damen der Kirche*

October 2024 general conference

---

*Learn how priesthood ordinances and covenant promises will allow God's power to flow into your life.*

Recently my husband, Greg, received a diagnosis that would require an intensive surgery and months of chemotherapy. Like many of you who have faced a similar situation, we immediately began praying for heaven's help and God's power. The Sunday following Greg's surgery, the sacrament was delivered to our hospital room.

On this occasion, I was the only one taking the sacrament. One piece of bread. One cup of water. At church, my mind often focuses on the delivery system of the sacrament—the preparing, the blessing, and the passing. But on that afternoon, I pondered the gift of God's power available to me through the sacred ordinance itself and the covenant promise I was making as I took that piece of bread and that cup of water. This was a time when I needed power from heaven. In the midst of great heartache, exhaustion, and uncertainty, I wondered about this gift that would allow me to draw upon the power from Him that I so desperately needed. Partaking of the sacrament would increase my companionship with the Spirit of the Lord, allowing me to draw upon the gift of God's power, including the ministering of angels and the Savior's enabling strength to overcome.

I don't think I had ever realized with this much clarity before that it's not only who offi-

*Macht euch damit vertraut, wie die heiligen Handlungen des Priestertums und eure Bündnisversprechen es möglich machen, dass die Macht Gottes euch vermehrt zufließt*

Vor kurzem hat mein Mann Greg eine Diagnose erhalten, die einen größeren operativen Eingriff und eine monatelange Chemotherapie bedeutete. Wie viele von Ihnen, die eine ähnliche Situation erlebt haben, beteten auch wir sofort um himmlische Hilfe und die Macht Gottes. Am Sonntag nach Gregs Operation wurde uns das Abendmahl in unser Krankenzimmer gebracht.

Bei diesem Anlass war ich die Einzige, die vom Abendmahl nahm. Ein Stückchen Brot. Einen Becher Wasser. In der Kirche konzentrierte ich mich oft darauf, wie uns das Abendmahl zugänglich gemacht wird – das Vorbereiten, Segnen und Austeilten. Aber an diesem Nachmittag sann ich über die Macht Gottes nach, die mir durch die heilige Handlung selbst und durch das Bündnisversprechen, das ich gab, als ich das Stück Brot und den Becher mit Wasser nahm, zufließt. Ich brauchte diese Macht aus dem Himmel. Inmitten großen Kammers, der Erschöpfung und der Unsicherheit machte ich mir Gedanken über diese Gabe, die es mir ermöglichte, von Gott die Kraft zu erhalten, die ich so dringend brauchte. Da ich vom Abendmahl nahm, würde der Geist des Herrn vermehrt bei mir sein, was es mir ermöglichte, mich auf die Macht Gottes zu stützen, die sowohl den Dienst von Engeln umfasst als auch die Kraft des Erretters, die uns befähigt, mit allem fertigzuwerden.

Wohl nie zuvor hatte ich so klar erkannt, dass es nicht nur darauf ankommt, wer bei der

ciates in the ordinance that matters—what the ordinance and our covenant promise unlock also deserves the focus of our attention.Priesthood ordinances and covenant promises allow God to sanctify us and then work wonders in our lives. But how does this happen?

First, in order for an ordinance to manifest the power of God in our lives, it must be done with authority from the Son of God. The delivery system is important. The Father entrusted Jesus Christ with the keys and authority to oversee the delivery of His priesthood ordinances. Under His direction, within the order of His priesthood, the sons of God have been ordained to stand in place of the Son of God.

Second, we don't just make covenant promises—we must keep them. In many gospel ordinances, we make sacred covenants with God; He promises to bless us as we keep those covenants. Do we realize it is the combination of priesthood ordinances along with the keeping of covenant promises that allows us to draw upon God's power?

That afternoon I wondered if I, a covenant daughter of God, fully understood how to access the gift of God's power through priesthood ordinances and if I truly recognized how God's power works within me.

In 2019 a prophetic invitation was extended to the women of the Church, teaching us how to draw the Savior's power into our lives. President Russell M. Nelson invited us to study Doctrine and Covenants 25, a revelation given to Emma Smith in Harmony, Pennsylvania. Accepting that invitation changed my life.

Last month I had an unexpected opportunity to visit Harmony. There, under the maple trees, the priesthood was restored to Joseph Smith and Oliver Cowdery. Close to those trees is the front door of Joseph and Emma's home. Across from the fireplace in that home there is a window. I stood at that window and wondered what Emma might have thought as she looked out across the trees.

heiligen Handlung amtiert – auch das, was die heilige Handlung und unser Bündnisversprechen freisetzen, verdient unsere Aufmerksamkeit. Die heiligen Handlungen des Priestertums und unser Bündnisversprechen ermöglichen es Gott, uns zu heiligen und dann Wunder in unserem Leben zu wirken. Aber wie geschieht das?

Erstens: Damit sich durch eine heilige Handlung die Macht Gottes in unserem Leben kundtut, muss sie mit Vollmacht – erteilt vom Sohn Gottes – vollzogen werden. Wie eine heilige Handlung uns zugänglich gemacht wird, ist wichtig. Der Vater hat Jesus Christus die Schlüssel und die Vollmacht anvertraut, zu beaufsichtigen, wie seine Priestertumsverordnungen uns zugänglich gemacht werden. Unter seiner Führung und innerhalb der Ordnung seines Priestertums werden die Söhne Gottes dazu ordiniert, anstelle des Sohnes Gottes zu amtieren.

Zweitens: Wir geben nicht nur Bündnisversprechen – wir müssen sie auch einhalten. Bei vielen heiligen Handlungen des Evangeliums schließen wir heilige Bündnisse mit Gott; er verheißt, uns zu segnen, wenn wir diese Bündnisse halten. Ist uns bewusst, dass die Kombination aus heiligen Handlungen des Priestertums und dem Einhalten von Bündnisversprechen es uns ermöglicht, uns auf die Macht Gottes zu stützen?

An jenem Nachmittag fragte ich mich, ob ich, eine Tochter im Bundesvolk Gottes, wirklich verstehe, wie ich durch heilige Handlungen des Priestertums Zugang zur Gabe der Macht Gottes erhalten kann und ob mir wirklich bewusst ist, wie die Macht Gottes in mir wirkt.

2019 hat der Prophet uns, die Frauen in der Kirche, zu etwas aufgefordert und uns erklärt, wie wir die Macht des Erretters in unser Leben bringen können. Präsident Russell M. Nelson hat uns aufgefordert, Lehre und Bündnisse 25 zu studieren, eine Offenbarung, die Emma Smith in Harmony in Pennsylvania gegeben wurde. Ich bin dieser Aufforderung gefolgt, und es hat mein Leben verändert.

Letzten Monat hatte ich unerwartet die Gelegenheit, Harmony zu besuchen. An diesem Ort, im Schatten von Ahornbäumen, wurde das Priestertum wiederhergestellt und Joseph Smith und Oliver Cowdery übertragen. Unweit dieser Bäume befindet sich die Eingangstür von Josephs und Emmas Haus. Gegenüber dem Kamin in diesem Haus ist ein Fenster. Ich stand an diesem Fenster und fragte mich, was Emma wohl

In July of 1830, Emma was 26 years old; she was so young. She was three and a half years into her marriage. She had lost a baby boy—her first. His little grave is just down the lane from her home. As I stood at that window, it was not hard for me to imagine what might have filled her thoughts. Surely she worried about their finances, about the increasing persecution that threatened their safety, about their future. And yet the work of God was everywhere around her. Did she also wonder about her place in the plan, her purpose in His kingdom, and her potential in the eyes of God?

I think she may have.

Just across the way, the gift of God's priesthood authority and keyshad been restored to the earth. This was a time when Emma actually needed power from heaven. In the midst of great heartache, exhaustion, and uncertainty, I imagine Emma wondered about this gift of God's priesthood that could unlock the power from Him that she so desperately needed.

But Emma didn't just stand at that window and wonder.

While the Prophet Joseph was being tutored in keys, offices, ordinances, and how to assist in the service of the priesthood, the Lord Himself, through His prophet, gave a revelation to Emma. Not Nauvoo-Relief-Society-president Emma—this revelation was given to 26-year-old Emma in Harmony. Through revelation, Emma would learn about the inward sanctification and covenant connection that would increase the ability of those priesthood ordinances to work in her life.

First, the Lord reminded Emma of her place in His plan, including who she was and whose she was—a daughter in His kingdom. She was invited to “walk in the paths of virtue,” a path that included ordinances that would unlock God’s power if Emma held on to her covenants.

gedacht haben mochte, als sie über die Bäume hinweg blickte.

Im Juli 1830 war Emma 26 Jahre alt; sie war noch so jung. Sie war seit dreieinhalb Jahren verheiratet. Sie hatte ein Kind verloren, einen Jungen – ihr erstes Kind. Sein kleines Grab befindet sich ganz in der Nähe des Hauses. Als ich an diesem Fenster stand, fiel es mir nicht schwer, mir vorzustellen, was ihr durch den Kopf gegangen sein mag. Gewiss machte sie sich Sorgen um ihre Finanzen, wegen der zunehmenden Verfolgung, die ihre Sicherheit bedrohte, und um ihre Zukunft. Und doch war sie ganz vom Werk Gottes umgeben. Machte sie sich auch Gedanken über ihre Rolle in seinem Plan, ihre Aufgabe in seinem Reich und darüber, was für ein Potenzial sie in seinen Augen hatte?

Das kann ich mir jedenfalls gut vorstellen.

Nicht weit entfernt, auf der anderen Seite des Weges, war die Gabe der Priestertumsvollmacht und -schlüssel Gottes auf die Erde zurückgebracht worden. Es war eine Zeit, in der Emma wirklich Macht aus dem Himmel brauchte. Ich kann mir vorstellen, dass Emma inmitten ihres großen Kummers, der Erschöpfung und der Unsicherheit über die Gabe des Priestertums Gottes nachdachte, die ja die von ihm ausgehende Macht freisetzen konnte, die sie so dringend brauchte.

Aber Emma stand nicht nur am Fenster und hing ihren Gedanken nach.

Zu der Zeit, als der Prophet Joseph in Bezug auf Schlüssel, Ämter und heilige Handlungen unterwiesen wurde und darüber, wie man durch das Priestertum dient, gab der Herr selbst, durch seinen Propheten, eine Offenbarung an Emma. Emma erhielt diese Offenbarung nicht als Präsidentin der Frauenhilfsvereinigung von Nauvoo, nein, sie erhielt sie in Harmony, als sie 26 Jahre alt war. Durch Offenbarung erfuhr Emma etwas über die innere Heiligung und die Bündnisbeziehung, durch die jene heiligen Handlungen des Priestertums in ihrem Leben eine größere Wirkung entfalten konnten.

Zuerst erinnerte der Herr Emma an ihre Rolle in seinem Plan. Er sprach darüber, wer sie war und zu wem sie gehörte – eine Tochter in seinem Reich. Sie wurde aufgefordert, „auf den Pfaden der Tugend“ zu wandeln. Dieser Weg sollte heilige Handlungen umfassen, die die Macht Gottes freisetzen sollten, sofern Emma an ihren Bündnissen festhielt.

Second, in her season of deep mourning, the Lord gave her purpose. Emma didn't just have a front-row seat to the Restoration; she was an essential participant in the work taking place. She would be set apart "to expound scriptures, and to exhort the church." Her time would "be given to writing, and to learning much." Emma was given a sacred role to help prepare the Saints to worship; their songs unto the Lord would be received as prayers and "answered with a blessing upon their heads."

Last, the Lord outlined a process of inward sanctification that would prepare Emma for exaltation. "Except thou do this," the Lord explained to her, "where I am you cannot come."

If we read section 25 carefully, we discover an important progression taking place. Emma would go from being a daughter in the kingdom to "elect lady" to queen. Aaronic and Melchizedek Priesthood ordinances, combined with the keeping of her covenant promises, would increase her companionship with the Spirit and with angels, empowering her to navigate her life with divine guidance. Through His divine power, God would heal her heart, enlarge her capacity, and transform her into the version of herself He knew she could become. And through the ordinances of the Melchizedek Priesthood, "the power of godliness [would be] manifest" in her life, and the Lord would part the veil so she could receive understanding from Him. This is what it looks like for God's power to work within us.

President Russell M. Nelson taught:  
"Everything that happened in [Harmony] has profound implications for your lives. The restoration of the priesthood, along with the Lord's counsel to Emma, can guide and bless each of you. ..."

"... Accessing the power of God in your life requires the same things that the Lord instructed Emma and each of [us] to do."

There were important things happening on both sides of that window in Harmony, includ-

Zweitens gab der Herr Emma in dieser Zeit tiefer Trauer eine Aufgabe. Emma erlebte die Wiederherstellung nicht bloß aus nächster Nähe mit; sie war eine wichtige Mitwirkende in dem Werk, das vonstattenging. Sie wurde eingesetzt, „Schriften zu erläutern und die Kirche zu ermahnen“. Ihre Zeit sollte „darauf verwendet werden, zu schreiben und viel zu lernen“. Emma wurde die heilige Aufgabe übertragen, die Heiligen darauf vorzubereiten, Gott zu verehren; deren Lieder für den Herrn sollten als Gebete angenommen und „mit einer Segnung auf ihr Haupt beantwortet werden“.

Abschließend umriss der Herr einen Vorgang der inneren Heiligung, der Emma auf die Erhöhung vorbereiten sollte. Der Herr erklärte ihr: „Wenn du das nicht tust, kannst du, wo ich bin, nicht hinkommen.“

Wenn wir Abschnitt 25 aufmerksam lesen, entdecken wir, dass darin eine wichtige Entwicklung aufgezeigt wird. Emma wird zuerst als Tochter im Reich und dann als „auserwählte Frau“ bezeichnet und soll schließlich eine Königin werden. Durch die heiligen Handlungen des Aaronischen und des Melchisedekischen Priestertums sowie das Einhalten ihrer Bündnisversprechen würde Emma vermehrt den Heiligen Geist und Engel bei sich haben, was sie mit der Macht ausstattete, sich stets von Gott führen zu lassen. Durch seine göttliche Macht würde Gott ihr Herz heilen, ihre Fähigkeiten erweitern und sie zu der Version ihrer selbst wandeln, von der er wusste, dass sie in ihr steckte. Und durch die heiligen Handlungen des Melchisedekischen Priestertums würde „die Macht des Göttlichen [in ihrem Leben] kundgetan“ werden und der Herr würde den Schleier teilen, sodass sie von ihm Erkenntnis empfangen könne. Soverhält es sich, wenn die Macht Gottes in uns wirkt.

Präsident Russell M. Nelson hat gesagt:

„Alles, was sich in [Harmony] zugetragen hat, hat tiefgreifende Auswirkungen auf Ihr Leben. Die Wiederherstellung des Priestertums wie auch der Rat des Herrn an Emma können einer jeden Schwester den Weg weisen und ihr ein Segen sein. ....“

Wenn Sie in Ihrem Leben Zugang zur Macht Gottes haben wollen, erfordert das von Ihnen dasselbe, was der Herr damals Emma und auch einer jeden von Ihnen aufgetragen hat.“

Auf beiden Seiten des Fensters in Harmony trug sich Wichtiges zu, darunter die Offenbarung

ing the revelation given to the elect lady whom the Lord had called—a revelation that would strengthen, encourage, and instruct Emma Smith, God's daughter.

When our granddaughter Isabelle was given a name and a blessing, her father blessed her with an understanding of the priesthood; that she would continue to grow in and learn about the blessing it would provide in her life; and that her faith in the priesthood would grow as she continued to grow in understanding.

It is not often a little girl is blessed to understand the priesthood and to learn how those priesthood ordinances and covenant promises will help her to access God's power. But I remembered Emma and thought to myself, Why not? This tiny daughter has the potential to become an elect lady in His kingdom and eventually a queen. Through His priesthood ordinances and the keeping of her covenant promises, God's power will work in and through her to help her overcome whatever life brings and become the woman God knows she can become. This is something I want each girl in the kingdom to understand.

“Live up to your privileges.”

Learn how priesthood ordinances and covenant promises will allow God's power to flow into your life with greater efficacy, working in and through you, empowering and equipping you to reach your full purpose and potential.

Carefully study and ponder the Aaronic and the Melchizedek Priesthood ordinances, the covenant promises we make with each, and the power of God we access through those ordinances.

Remember, it's not only who officiates in the ordinance that matters; what the ordinance and your covenant promise unlock also deserves the focus of your attention.

Partaking of the bread and water is a weekly reminder of His power working in you to help you overcome. Wearing the garment of the holy

an die erwählte Frau, die der Herr berufen hatte – eine Offenbarung, durch die Emma Smith, Gottes Tochter, gestärkt, ermutigt und unterwiesen wurde.

Als unsere Enkelin Isabelle einen Namen und einen Segen erhielt, segnete ihr Vater sie damit, dass sie das Priestertum verstehen würde, dass sie in diesen großen Segen für ihr Leben immer mehr hineinwachsen würde, sie immer mehr darüber lernen würde und dass ihr Glaube an das Priestertum mit zunehmender Erkenntnis wachsen würde.

Es kommt nicht oft vor, dass einem kleinen Mädchen in einem Segen gesagt wird, es werde das Priestertum verstehen und lernen, wie die Priestertumsverordnungen und die Bündnisversprechen ihm helfen werden, Zugang zur Macht Gottes zu erhalten. Aber mir kam Emma in den Sinn und ich dachte bei mir: Warum nicht? Diese jetzt noch so kleine Tochter hat das Potenzial, einmal eine erwählte Frau im Reich Gottes und schließlich eine Königin zu werden. Durch Gottes Priestertumsverordnungen und das Halten ihrer Bündnisversprechen wird die Macht Gottes in ihr und durch sie wirken, um ihr zu helfen, mit allem fertigzuwerden, was das Leben ihr beschert, und die Frau zu werden, von der Gott weiß, dass sie in ihr steckt. Mir liegt viel daran, dass jedes Mädchen in seinem Reich dies versteht.

„Lebt [so], wie es euer verbürgtes Recht ist.“

Macht euch damit vertraut, wie die heiligen Handlungen des Priestertums und eure Bündnisversprechen es möglich machen, dass die Macht Gottes euch vermehrt zufließt, in und durch euch wirkt und euch befähigt und bereitmacht, eure Bestimmung und euer volles Potenzial zu erreichen.

Befasst euch sorgfältig mit den heiligen Handlungen des Aaronischen und des Melchizedekischen Priestertums, den jeweiligen Bündnisversprechen und der Macht Gottes, zu der wir dadurch Zugang erhalten, und denkt darüber nach.

Denkt daran: Es kommt nicht nur darauf an, wer bei der heiligen Handlung amtiert – auch das, was die heilige Handlung und euer Bündnisversprechen freisetzen, verdient eure Aufmerksamkeit.

Von Brot und Wasser zu nehmen, erinnert euch jede Woche daran, dass die Macht Gottes in euch wirkt, die euch helfen soll, mit allem fertig-

priesthood is a daily reminder of the gift of His power working in you to help you become.

We all have access to the gift of God's power.

Every time we partake of the sacrament.

Every time we cross the threshold of a temple.

This is the highlight of my Sabbath. This is why I cherish my temple recommend.

"In the ordinances thereof, the power of godliness is manifest."

Of this gift I bear witness in the name of Jesus Christ, amen.

zuwerden. Das Garment des heiligen Priestertums zu tragen, erinnert euch jeden Tag daran, dass die Gabe seiner Macht in euch wirkt, die euch helfen soll, etwas aus euch zu machen.

Wir alle haben Zugang zur Gabe der Macht Gottes.

Jedes Mal, wenn wir vom Abendmahl nehmen.

Jedes Mal, wenn wir den Tempel betreten.

Für mich ist das der Höhepunkt des Sabbats. Aus diesem Grund bedeutet mir mein Tempelschein so viel.

„In [den] Verordnungen [des Priestertums wird] die Macht des Göttlichen kundgetan.“

Für diese Gabe gebe ich Zeugnis im Namen Jesu Christi. Amen.