

# 6

## DEN HELLIGE ÅND HJELPER MEG

### INNLEDNING FOR LÆREREN

For å forberede deg åndelig til å holde denne leksjonen, skulle du lese og grunne på følgende:

Den hellige ånd er et medlem av Guddommen, sammen med vår himmelske Fader og Jesus Kristus. Han er en ånd i persons skikkelse (se L&P 130:22). Den hellige ånds oppgave er å vitne om Faderen og Sønnen og om all sannhet (se 3. Nephi 11:36, Moroni 10:5). Han kan også hjelpe oss å ta rettferdige valg og trøste oss (se L&P 31:11). Måten Den hellige ånd taler til oss på, er beskrevet i Skriftene som en «stille susen» (se 1. Kongebok 19:11-12).

### LÆREAKTIVITETER

Begynn med en samlingsaktivitet. Du finner ideer på side 3.

**Bønn** Be et barn om å holde åpningsbønn.

**Sang** Fortell barna at dere skal synge en sang om vår himmelske Fader. Syng eller si teksten i første vers av «Jeg har en Fader god» (*Barnas sangbok*, 8), og utfør bevegelsene nedenfor. Be barna gjøre det sammen med deg.

Jeg har en Fader god. Jeg vet han har meg kjær. (*legg en hånd over brystet*)

Ja, Ånden hvisker det til meg og sier: Han er nær, (*form hånden som en kopp bak øret*)  
og sier: Han er nær.

**Repetisjonsaktivitet** Be barna si: «Ånden.» Fortell dem at et annet navn på Guds ånd er Den hellige ånd. Be barna si: «Den hellige ånd.» Forklar at Den hellige ånd hjelper oss å vite at vår himmelske Fader elsker oss.

**Rollespill** Fortell barna at når vi gjør det rette, hjelper Den hellige ånd oss å vite at vi har gjort et godt valg. Be barna herme etter deg når du rollespiller at du gjør ting som er riktige. For eksempel:

Det er riktig å gå i kirken. La oss late som vi går til kirken (*sving med armene mens du går i sirkel*).

Gjenta med andre eksempler, som å dele en leke, hjelpe mor å feie gulvet osv.

**Historie** Forklar at Den hellige ånd også kan hjelpe oss når vi er redde. Fortell følgende historie:

En dag var det et forferdelig uvær utenfor Davids hus. Det var kraftig torden (*la barna holde for ørene*) og mye vind (*la barna blåse for å etterligne vinden*) og regn (*la barna etterligne regnet med fingrene*). David var redd. Moren hans fortalte ham at når hun er redd, ber hun til sin himmelske Fader (*vis bildet på side 30*). David og moren ba om at vår himmelske Fader måtte beskytte dem. Da følte David seg trygg og tilfreds. Moren sa at hans himmelske Fader hadde sendt Den hellige ånd for å gi ham disse følelsene slik at han ikke skulle være redd.

Be barna si: «Den hellige ånd.»



### UNDERVISNINGSTIPS

**Den hellige ånd:** Selv i ung alder kan barn lære å føle Den hellige ånds innflytelse. Under alle leksjoner skulle du hjelpe dem å gjenkjenne de kjærlige og varme følelsene som kommer fra Den hellige ånd – særlig når de lærer om vår himmelske Fader og Jesus Kristus.

**Yngre barn:** Husk at de fleste barn har vanskelig for å konsentrere seg om noe særlig lenge. Se etter tegn på at de trenger en forandring. Hvis de har sittet en stund, kan dere gjøre en aktivitet som lar dem bevege seg litt.

**Konklusjon** Bær vitnesbyrd om Den hellige ånd. Dette kan omfatte en enkel, kort opplevelse fra ditt eget liv da du ble veiledet av Den hellige ånd.

**Bønn** Be et barn om å holde avslutningsbønn.

## VALGFRIE AKTIVITETER

**FORBEREDELSE** *Til skriftstedsaktiviteten:* Ha med deg Bibelen. Merk Johannes 14:26 slik at du lett kan slå det opp.

*Til illustrasjonsaktiviteten:* Kopier illustrasjonen på side 31 til hvert barn.

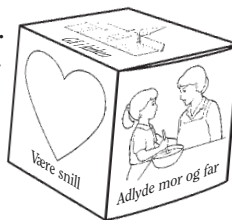
*Til terningspillet:* Kopier illustrasjonen på side 31, og fargelegg den om du ønsker det. Klipp langs de heltrukne linjene, og brett langs de stiplede linjene. Tape eller lim flikene for å lage en terning.

**Aktivitetsvers** Dann en sirkel sammen med barna, og si følgende aktivitetsvers:  
Den hellige ånd snakker lavt. (*hold en finger mot leppene*)  
Han roper aldri, det er viktig. (*hold hendene rundt munnen som om du roper*)  
Han vil velsigne og hjelpe og veilede deg (*hold hverandre i hendene og gå rundt i ring*)  
i alt du gjør som er riktig. (*sitt ned*)

**Skriftsted** Fortell barna at Jesus sa i Skriftene at Den hellige ånd vil undervise oss. Slå opp Johannes 14:26 i Bibelen og les: «Den Hellige Ånd ... skal lære dere alle ting.» Be barna gjenta dette sammen med deg, noen få ord om gangen.

**Illustrasjon** Vis illustrasjonen på side 31, og gi hvert barn en kopi av illustrasjonen. Pek på bildet av kirkebygningen, og forklar at Den hellige ånd hjelper oss å vite at det er riktig å gå i kirken. Be barna peke på kirkebygningen på sin kopi. Gjenta for de andre illustrasjonene.

**Terningspill** Rull terningen du laget. Les teksten øverst på terningen, og la barna gjenta den sammen med deg. La så barna gjøre noen enkle bevegelser som passer til bildet. Når siden med ordene «Den hellige ånd hjelper meg» kommer opp, forteller du barna at Den hellige ånd hjelper oss å vite når vi har gjort noe godt. Gjenta, og gi hvert barn mulighet til å rulle terningen.



## UNDERVISNINGSTIPS

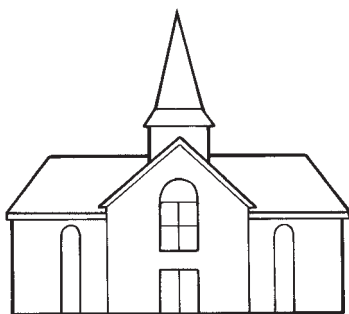
**Personlige erfaringer:** Å fortelle om personlige erfaringer kan hjelpe dem du underviser å forstå hvordan evangeliet påvirker oss i hverdagen (se *Undervisning, intet større kall*, 167-168). I denne aldersgruppen må den erfaringen du forteller om være svært enkel og kort – ikke mer enn en setning eller to.

**Skriftene:** «Når du underviser barn, skulle du hyppig bruke Skriftene og finne måter å gjøre barna fortrolige med å bruke Skriftene» (Se *Undervisning, intet større kall*, 57). Du kan hjelpe dem å bli glad i Skriftene selv før de kan lese. Selv om du bare leser en kort del av verset for barna, skulle du lese hele verset under din leksjonsforberedelse.

**Å gjøre ting etter tur** kan være vanskelig for små barn. Hvis du har mange små barn i barnestueklassen, kan det være best å rulle terningen selv hver gang istedenfor å la barna gjøre det etter tur.



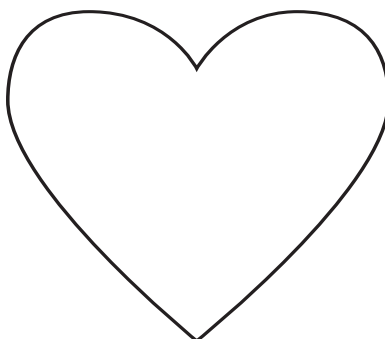
Den hellige ånd  
hjelper meg å



Gå i kirken



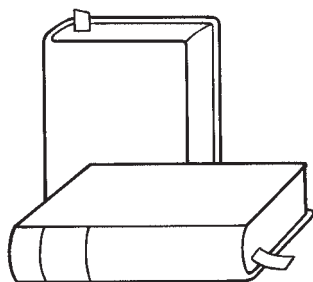
Be



Være snill



Adlyde mor og far



Lese i Skriftene