

EKTESKAP OG FAMILIEFORHOLD

INSTRUKTØRENS HEFTE



EKTESKAP OG FAMILIEFORHOLD

INSTRUKTØRENS HEFTE

Utgitt av
Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige

Kommentarer og forslag

Vi vil sette pris på dine forslag og kommentarer til denne boken. De kan sendes til:

Curriculum Planning
50 East North Temple Street, Floor 24
Salt Lake City, UT 84150-3200
USA

E-post: cur-development@ldschurch.org

Vennligst oppgi navn, adresse, ward og stav. Husk å oppgi studieveiledningens tittel, og skriv dernest dine kommentarer om hva du synes er bra og på hvilke områder den kan forbedres.

© 2001 Intellectual Reserve, Inc.

Ettertrykk forbudt
Printed in the United States of America

Engelsk original godkjent: 8/97
Godkjent til oversettelse: 8/97
Oversettelse av *Marriage and Family Relations: Instructor's Manual*
Norwegian
35865 170

GENERELLE INSTRUKSJONER

Hvordan skulle kurset Ekteskap og familieforhold brukes?

Kurset er beregnet på å hjelpe Kirkens medlemmer med å styrke ekteskap og familieforhold og glede seg over sitt familieforhold. Biskopsrådet eller grenspresidentskapet har ansvar for å påse at kurset blir effektivt gjennomført.

Fordi Kirkens medlemmer har ulike behov og forskjellige familiesituasjoner, er kurset todelt. Del A — "Hvordan styrke ekteskapet" — er spesielt nyttig for gifte par og medlemmer som forbereder ekteskap. Del B — "Foreldrenes ansvar for å styrke familien" — hjelper foreldre og besteforeldre i deres oppgave med å "oppdra [sine barn] med Herrens tukt og formaning" (Efes. 6:4). Medlemmer som deltar i dette kurset, skulle forstå at de har mulighet til å delta i henhold til det behovet de har. Et gift par uten barn ønsker kanskje å delta i Del A, men ikke Del B. En enslig mor eller far kan velge å delta bare i leksjonene i del B.

Wards- og grensledere kan være fleksible når det gjelder bruk av kurset, i henhold til Åndens tilskyndelser og individuelle medlemmers behov. De skulle overveie følgende idéer:

- Biskopsråd og grenspresidentskaper kan sette opp kurset som en Søndagsskole-klasse. Etter Åndens veiledning kan ledere invitere bestemte deltakere til kurset.
- Høyprestenes gruppeledere, eldstenes quorumpresidentskap og Hjelpeforeningens presidentskap kan undervise i enkeltleksjoner den første søndagen i hver måned. Når det passer, kan de bruke leksjonene på temakvelder og til undervisningsanledninger på hverdagskvelder eller lørdager.
- Biskopsråd og grenspresidentskap kan bruke enkeltleksjoner på fellesmøter for Det melkisedekske prestedømme og Hjelpeforeningen på 5. søndager. De kan også bruke leksjonene på temakvelder for Unge menn og Unge kvinner.
- Veiledere for Det aronske prestedømme og Unge kvinner kan bruke boken som en ressurs på GUF-kvelder. De kan bruke leksjonene til undervisning av de unge mennene og kvinnene sammen, eller i deres respektive organisasjoner.
- Enkeltpersoner og ektepar kan studere kurset på egenhånd.

Hvem skulle motta kursmateriell?

Alle wards- eller grensmedlemmer på nedenstående liste skulle ha ett eksemplar av *Ekteskap og familieforhold—Instruktørens hefte* og ett eksemplar av *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere*.

Biskop eller grenspresident	Hjelpeforeningens president
Høyprestenes gruppeleder	Unge kvinners president
Eldstenes quorumpresident	Instruktøren for kurset Ekteskap og familieforhold
Unge menns president	

Hver kursdeltaker skulle ha et eksemplar av studieveiledningen.

INNHALDSFORTEGNELSE

Generelle instruksjoner	III
"Familien—En erklæring til verden"	VIII
Innledning	IX
Formålet med dette kurset	IX
Ditt ansvar som lærer	IX
Når det er alvorlige familie problemer	XI
Materiell du skulle bruke	XII
Tillegskilder	XII
DEL A: HVORDAN STYRKE EKTESKAPET	
1. "Familien står sentralt i Skaperens plan"	3
Profeter i de siste dager stadfester ekteskapets og familiens evige betydning	3
Evig ekteskap kan gi glede og store velsignelser i dette liv og i all evighet	4
Kurset Ekteskap og familieforhold er utarbeidet for å hjelpe oss å finne glede i vårt familieforhold	6
Vårt hjem kan være "et stykke himmel" hvis vi bygger "på vår Forløserens klippe"	7
2. Hvordan utvikle enhet i ekteskapet	9
Herren har befalt mann og hustru å være ett	9
Mann og hustru skal verdsette hverandre som likeverdige partnere	9
Mann og hustru skulle la sine personlige egenskaper og evner utfylle hverandre	10
Mann og hustru må være lojale overfor hverandre	11
3. Hvordan gi næring til kjærligheten og vennskapet i et ekteskap	13
Mann og hustru trenger å gi næring til sin kjærlighet til hverandre	13
Uttrykk for hengivenhet og vennlighet holder kjærligheten og vennskapet levende i et ekteskap	13
Passende intimitet innenfor ekteskapet er et uttrykk for kjærlighet	14
Et ektepar skulle strebe etter å få kjærlighet, Kristi rene kjærlighet	16

4. Hvordan takle utfordringer i ekteskapet	18
Alle ektepar vil oppleve utfordringer	18
Mann og hustru kan arbeide seg gjennom enhver utfordring hvis de betrakter sitt ekteskap som et paktsforhold	19
Når det kommer utfordringer, kan vi velge å reagere med tålmodighet og kjærlighet fremfor frustrasjon og sinne	19
5. Vi kan takle utfordringer med positiv kommunikasjon	23
Alle ektepar vil ha noen uoverensstemmelser	23
Mann og hustru skulle se etter beundringsverdige egenskaper hos hverandre	23
Positiv kommunikasjon bidrar til å forebygge og løse vanskeligheter	24
6. Tro og bønn gir styrke til ekteskapet	28
Mann og hustru skulle samarbeide for å få større tro på Jesus Kristus	28
Mann og hustru blir velsignet når de ber sammen	29
7. Tilgivelsens helbredende kraft	32
En tilgivende holdning mellom mann og hustru gir fred, tillit og trygghet	32
Mann og hustru skulle be hverandre om tilgivelse for sine feil og gjøre oppriktige forsøk på å forbedre seg	33
Mann og hustru skulle søke å tilgi hverandre	34
8. Forvaltning av familiens økonomi	36
God økonomisk styring er avgjørende for et lykkelig ekteskap	36
Mann og hustru skulle samarbeide om å følge grunnleggende prinsipper for økonomisk styring	37
DEL B: FORELDRENES ANSVAR FOR Å STYRKE FAMILIEN	
9. "Barn er en gave fra Herren"	43
Vår himmelske Fader betror sine åndebarn til jordiske foreldre	43
Foreldre skulle søke å dekke hvert barns individuelle behov	44
Barn er berettiget til et kjærlig forhold til sine foreldre	45
Overgrep mot barn er en krenkelse mot Gud	46
Barn bringer stor glede til foreldrenes liv	47
10. Fedres og mødres hellige rolle (Del 1: Fedrenes rolle)	49
Far og mor skulle samarbeide om å gi hvert av sine barn et troens skjold	49
Far skal presidere i kjærlighet og rettferdighet	50
Far skal sørge for at familien har livets nødvendigheter og beskytte den	51

11. Fedres og mødres hellige rolle (Del 2: Mødrenes rolle)	53
Mødre deltar i Guds verk	53
En mor er først og fremst ansvarlig for å ha omsorg for sine barn	54
Fedre og mødre skal hjelpe hverandre som likeverdige partnere	55
12. Undervis barna ved eksempel og instruksjon	57
Foreldre har ansvar for å undervise sine barn	57
Foreldre kan motta inspirasjon når de underviser sine barn	58
Foreldre underviser ved eksempel og instruksjon	59
13. Undervis barna i evangeliets prinsipper (Del 1)	62
Foreldrenes undervisning kan hjelpe barna å holde seg sterke i troen	62
Foreldre skal undervise sine barn i evangeliets første prinsipper og ordinanser	63
Foreldre skulle "lære sine barn å be og å vandre rettskaffent for Herren"	64
14. Undervis barna i evangeliets prinsipper (Del 2)	66
Foreldre viser sine barn kjærlighet når de underviser dem	66
Foreldre må lære sine barn å vise medfølelse og å tjene	67
Foreldre må lære sine barn å være ærlige og ha respekt for andres eiendom	67
Foreldre må lære sine barn om belønningene ved ærlig arbeid	68
Foreldre må undervise sine barn om moralsk renhet	69
15. Hvordan veilede barna når de skal ta avgjørelser	72
Barn trenger veiledning når de skal ta avgjørelser	72
Foreldre kan hjelpe sine barn å bruke handlefriheten rettferdig	73
Foreldre skulle la barna lære av konsekvensene ved ukloke avgjørelser	76
Foreldre skulle vise ubetinget kjærlighet til barn som går på avveier	76
16. Familiebønn, familieskriftstudium og familiens hjemmeaften	79
Familiebønn, skriftstudium og familiens hjemmeaften må ha høy prioritet hos alle siste-dagers-hellige familier	79
Familien høster store velsignelser ved å be sammen	80
Familieskriftstudium hjelper familien å komme nærmere Gud	80
Familiens hjemmeaften gir familien styrke mot verdens påvirkninger	82

FAMILIEN

EN ERKLÆRING TIL VERDEN

DET FØRSTE PRESIDENTSKAP OG DE TOLV APOSTLERS RÅD I JESU KRISTI KIRKE AV SISTE DAGERS HELLIGE

VI, DET FØRSTE PRESIDENTSKAP og De tolv apostlers råd i Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige, erklærer høytidelig at ekteskap mellom mann og kvinne er innstiftet av Gud, og at familien står sentralt i Skaperens plan for hans barns evige fremtid.

ALLE MENNESKER – menn og kvinner – er skapt i Guds bilde. Hver især er en elsket ånd, sønn eller datter av himmelske foreldre, og har som sådan en guddommelig natur og et guddommelig potensial. Kjønn er en grunnleggende del av enkeltmenneskets førjordiske, jordiske og evige identitet og hensikt.

IDEN FØRJORDISKE TILVÆRELSE kjente og tilba Guds åndelige sønner og døtre ham som sin evige Fader og aksepterte hans plan hvorved hans barn kunne få et fysisk legeme og høste jordisk erfaring for å utvikle seg mot fullkommenhet og til sist virkeliggjøre sitt guddommelige potensial som arvinger til evig liv. Den guddommelige plan for lykke muliggjør en fortsettelse av familieforholdet på den andre siden av graven. Hellige ordinanser og pakter som er tilgjengelige i hellige templer, gjør det mulig for enkeltmennesker å vende tilbake til Guds nærhet og for familier å bli evig forenet.

DEN FØRSTE BEFALING Gud ga til Adam og Eva, gjaldt deres mulighet, som mann og hustru, til å bli foreldre. Vi erklærer at Guds befaling til sine barn om å bli mange og fylle jorden fortsatt står ved makt. Vi erklærer videre at Gud har befalt at formeringsevnenes hellige kraft utelukkende skal brukes mellom en mann og en kvinne som er lovlig viet som ekte-mann og hustru.

VI ERKLÆRER at den måte hvorved jordisk liv blir skapt, er guddommelig forordnet. Vi stadfester livets hellighet og dets betydning i Guds evige plan.

MANN OG HUSTRU har et høytidelig ansvar for å elske og ha omsorg for hverandre og for sine barn. «Barn er en gave fra Herren» (Salmene 127:3). Foreldre har en hellig plikt til å oppdra sine barn

i kjærlighet og rettferdighet, til å dekke deres fysiske og åndelige behov, til å lære dem å elske og tjene hverandre, til å overholde Guds bud og å være lovlige borgere hvor de enn bor. Ekte-menn og hustruer – mødre og fedre – vil bli holdt ansvarlige for Gud når det gjelder å oppfylle disse forpliktelsene.

FAMILIEN er forordnet av Gud. Ekteskap mellom mann og kvinne er helt avgjørende for hans evige plan. Barn har rett til å bli født innenfor ekteskapets bånd og til å bli oppdratt av en far og en mor som hedrer ekteskapsloftene med fullstendig troskap. Lykke i familien oppnås med størst sannsynlighet når den er grunnlagt på vår Herre Jesu Kristi læresetninger. Gode ekteskap og familier opprettes og opprettholdes når de bygger på prinsippene tro, bønn, omvendelse, tilgivelse, respekt, kjærlighet, medfølelse, arbeid og sunne aktiviteter. Etter guddommelig forordning skal fedre presidere over sin familie i kjærlighet og rettferdighet, og de er ansvarlige for å sørge for livets nødvendigheter og beskyttelse for sin familie. En mor er først og fremst ansvarlig for å ha omsorg for sine barn. I disse hellige ansvarsoppgaver er fedre og mødre forpliktet til å hjelpe hverandre som likeverdige partnere. Uførhet, død eller andre forhold kan nødvendiggjøre individuell tilpasning. Andre slektninger skulle gi sin støtte når det er behov for det.

VI ADVARER og sier at den som bryter sin kyskhetspakt, mishandler sin ektefelle eller sine barn, eller unnlater å oppfylle sine familieforpliktelser, en dag vil stå til ansvar overfor Gud. Videre advarer vi og sier at oppløsningen av familien vil påføre enkeltmennesker, lokalsamfunn og nasjoner de ulykker som er forutsagt av profeter i oldtiden og i nyere tid.

VI BER INNTRENGENDE ansvarsbevisste borgere og myndigheter overalt om å fremme tiltak for å bevare og styrke familien som samfunnets grunnleggende enhet.

INNLEDNING

Formålet med dette kurset

Kurset er beregnet på å hjelpe Kirkens medlemmer med å styrke ekteskap og familie og glede seg over sitt familieforhold. Det består av to deler. Del A — "Hvordan styrke ekteskapet"—er spesielt nyttig for gifte par og medlemmer som forbereder ekteskap. Del B—"Foreldrenes ansvar for å styrke familien"—hjelper foreldre og besteforeldre i oppgaven med å "oppdra [sine barn] med Herrens tukt og formaning" (Efes. 6:4).

Kurset tar utgangspunkt i de læresetninger og prinsipper som forkynnes i Skriften og av profeter og apostler i de siste dager. Det er spesielt lagt vekt på "Familien—En erklæring til verden", som er tatt med på s. VIII.

Ditt ansvar som lærer

Når du tenker nøye over ekteskapets og familiens evige betydning og det store behovet for å styrke ekteskap og familier, vil du begynne å forstå hvor uhyre viktig ditt kall til å undervise i dette kurset er. Din oppriktige og ydmyke forberedelse vil velsigne både deg og din familie så vel som dem som deltar på kurset. Når du gjør ditt beste for å foredle ditt kall, så husk de prinsippene som er forklart på denne siden og på s. X–XI.

Forbered deg selv til å undervise

Som instruktør for dette kurset er du ansvarlig for å undervise i evangeliets læresetninger ved Den hellige ånds kraft. Du trenger ikke å ha formell utdanning i familierådgivning, du trenger heller ikke å være i stand til å finne løsninger på alle utfordringer som kan oppstå i en familie. Klassediskusjonene skulle få deltakerne til å grunne på og be angående sin egen situasjon og gjøre forbedringer i sin egen familie.

Når det gjelder hjelp til grunnleggende og avgjørende prinsipper for undervisning i evangeliet som personlig forberedelse, ha kjærlighet til dem du underviser og undervise ved Ånden, kan du gå til følgende kilder:

- "Undervisning og lederskap i evangeliet", del 16 av *Kirkens instruksjonshåndbok, bok 2: Ledere i prestedømmet og hjelpeorganisasjonene* (35209 170 eller 35903 170).
- *Undervisning, intet større kall* (36123 170).
- *Veiledning i undervisningen* (34595 170)

Husk kursets store spennvidde

Ta deg tid til å lese igjennom hele kurset før du underviser i første leksjon. Da vil du se hvordan leksjonene griper inn i hverandre for å styrke ekteskap og familie.

Når du skal forberede de enkelte leksjonene, vil det være nyttig å se igjennom innholdsfortegnelsen (s. V–VII) fordi den gir deg oversikt over kurset.

Gjennomgå det du allerede har undervist om og lært, og overvei hvordan læresetningene og prinsippene i hver leksjon støtter kurset som helhet.

Begynn å forberede leksjonen tidlig

Forberedelsen vil bli bedre hvis du tar fatt på hver leksjon tidlig. Les neste leksjon så snart du har undervist i den foregående. Hvis du vet hva du skal undervise i, vil du kunne ha leksjonen i tankene gjennom uken. Da vil du være mer oppmerksom på prinsipper du bør fremheve, metoder du kan bruke og erfaringer du kan fortelle om.

Velg det leksjonsmaterialet som best vil dekke deltakernes behov

Studer hver leksjons læresetninger og prinsipper grundig og søk Åndens veiledning når du skal velge ut det som best vil dekke deltakernes behov. Husk at "hvorvidt en leksjon er vellykket eller ikke, måles ved hvilken virkning den har på dem du underviser" (*Undervisning, intet større kall* [1999], s. 103).

Ta stilling til hvordan du vil undervise i leksjonen

I tillegg til å avgjøre *hva* du vil undervise fra en leksjon er det viktig å avgjøre *hvordan* du skal gjøre det. Du skulle alltid bestrebe deg på å undervise på en måte som vil oppmuntre deltakerne til å anvende de læresetningene og prinsippene de lærer.

Leksjonene i dette kurset skulle gis som diskusjoner fremfor som forelesninger. Hjelp medlemmene til å delta meningsfylt når det gjelder å drøfte de læresetningene og prinsippene du underviser om. Herrens råd angående klassesdiskusjon finner vi i Lære og pakter 88:122: "Velg en lærer iblandt eder, og la ikke alle tale på en gang; men la én tale ad gangen og la alle lytte til det han sier, så at når alle har talt, alle må være oppbygget av alle, og enhver må ha det samme privilegium." Du vil finne mer om det å lede diskusjoner på s. 63–70 i *Undervisning, intet større kall*.

Bruk etter som det passer, flere forskjellige metoder for å hjelpe deltakerne til å lære og forstå prinsippene i leksjonene. Se f.eks. etter muligheter til å skrive på tavlen, bruke konkretisering og vise bilder. Hjelp til å bruke disse og andre metoder finner du på s. 159–84 i *Undervisning, intet større kall*.

Oppfordre deltakerne til å anvende det de lærer

Som lærer i evangeliet må du ikke nøye deg med å informere, selv om du gjør dette på en original, engasjerende måte. Formålet med din undervisning er å hjelpe andre til å etterleve de læresetninger og prinsipper de lærer. President Harold B. Lee, Kirkens 11. president, sier det slik:

"Alle evangeliets prinsipper og ordinanser er på en måte bare en invitasjon til å lære evangeliet å kjenne ved å praktisere dets læresetninger. Ingen kjenner tiendeprinsippet før han betaler tiende. Ingen kjenner Visdomsordet før han etterlever Visdomsordet. Barn, eller voksne for den saks skyld, blir ikke omvendt til å betale tiende, etterleve Visdomsordet, helligholde sabbatsdagen eller holde bønn ved å høre noen snakke om disse prinsippene. Vi lærer evangeliet ved å etterleve det...

... Vi vil i virkeligheten aldri kjenne noen av evangeliets læresetninger før vi har erfart velsignelsene ved å etterleve hvert prinsipp." (*Stand Ye in Holy Places* [1974], s. 215.)

Kirkens tidsskrifter inneholder ofte inspirerende historier som viser hvordan medlemmer i Kirken har blitt velsignet når de har etterlevet evangeliet. Du kan finne historier som omhandler bestemte læresetninger og prinsipper, ved hjelp av emneoversikten til tidsskriftene. Vurder å bruke noen av disse historiene i klassen.

Oppfordre deltakerne etter hver leksjon til å anvende det de har lært. Sørg for å ha tid nok til å gi oppfordringer som vil inspirere dem til handling. Planlegg måter å gi slike oppfordringer på. Eksempelvis kan du etter leksjon 9, "Barn er en gave fra Herren", repetere de viktigste prinsippene i leksjonen og deretter oppfordre deltakerne til å gå inn for å tilbringe tid alene sammen med hvert av sine barn.

Oppfordre deltakerne til å bruke Studieveiledningen til kurset

Som en del av forberedelsen til hver leksjon skulle du lese det tilhørende stoffet i *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere* (36357 170). Planlegg hvordan du vil oppmuntre deltakerne til å (1) følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen/artiklene som følger med hver leksjon. Understrek at ektepar kan høste store fordeler ved å lese artiklene i studieveiledningen sammen og drøfte dem med hverandre.

Deltakerne skulle ha med studieveiledningen til klassen til hver leksjon.

Ivareta behovene til dem som ikke har en tradisjonell familiesituasjon

Vær følsom overfor deltakernes individuelle situasjon. Noen av dem kan være ugift, enker/enkemenn, skilt eller ha en vanskelig familiesituasjon. Ha følgende uttalelse av president Spencer W. Kimball, Kirkens 12. president, i tankene:

"Vi ... fastholder den ideelle siste-dagers-hellige familie. Det faktum at noen for øyeblikket ikke har det privilegium å leve i en slik familie, er ikke tilstrekkelig grunn til å slutte å snakke om det. Vi omtaler familieliv med følsomhet, men vi er klar over at mange ... for øyeblikket ikke har det privilegium å tilhøre eller bidra til en slik familie. Men vi kan ikke skyve denne normen til side, for det er så mange andre ting som avhenger av den." (*The Teachings of Spencer W. Kimball*, red. Edward L. Kimball [1982], s. 294–95.)

Når det er alvorlige familieproblemer

Når du oppmuntret til diskusjon, må du sørge for at deltakerne forstår at det ikke er passende å utlevere detaljer om alvorlige familieproblemer. Hvis deltakere søker råd om alvorlige vanskeligheter, kan du vennlig oppfordre dem til å snakke med biskopen på tomannshånd. Han vil kunne gi dem rettleiding. Han kan også anbefale familierådgivere som yter hjelp som er forenelig med Kirkens normer.

Materiell du skulle bruke

Kirken har utarbeidet nok ressursmateriell til å hjelpe deg å undervise i sanne læresetninger og prinsipper om ekteskap og familie. Avhold deg fra å bruke kommersielt fremstilt materiell i dine forberedelser eller i undervisningen. Dine primærkilder for kurset er Skriften, denne boken og *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere*. Det er brukt stor omtanke og mye bønn i utarbeidelsen av dette kurset.

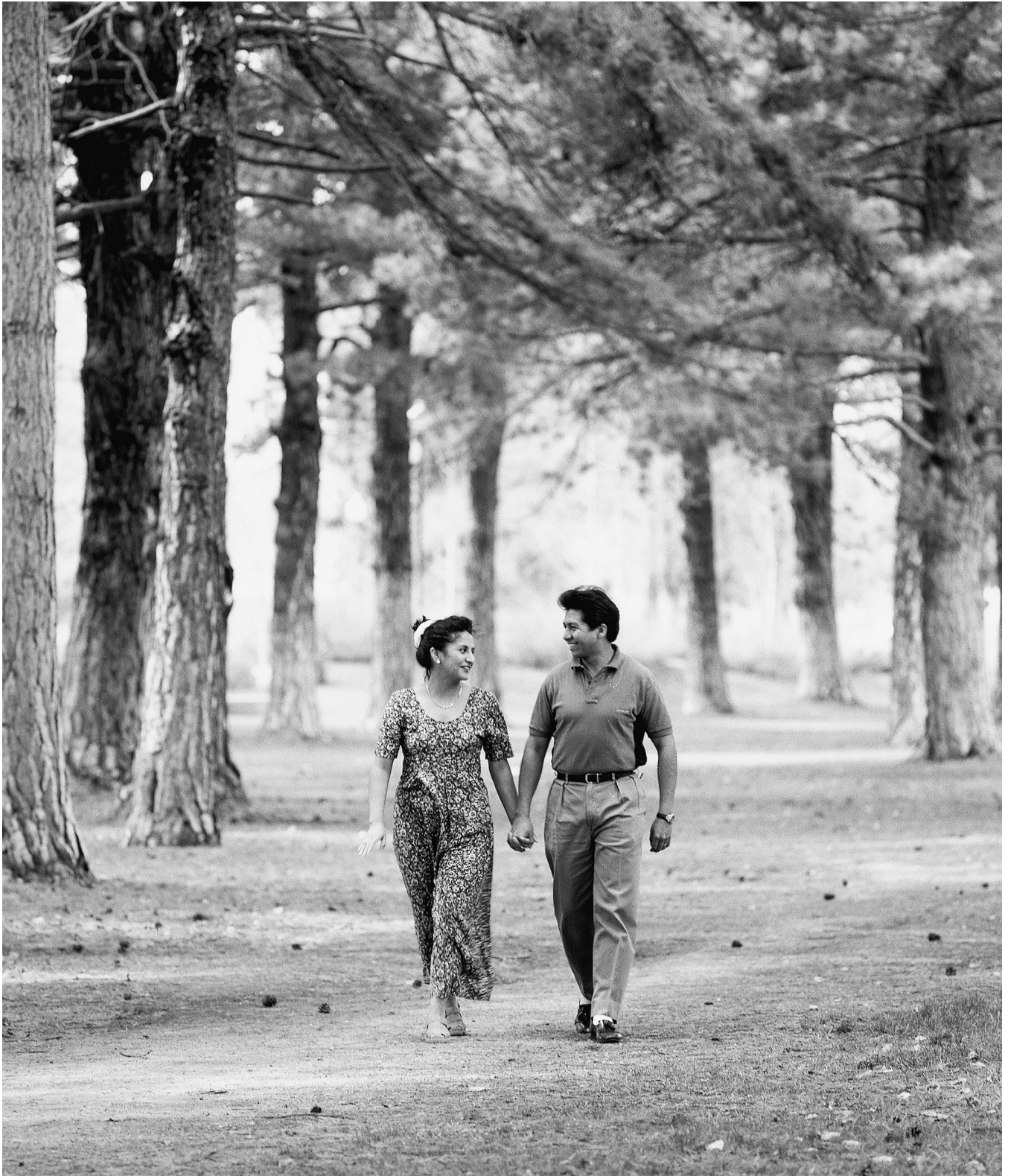
Tilleggsilder

Følgende ressursmateriell fra Kirken gir ytterligere informasjon om emner som omhandles i dette kurset. Materiellet kan skaffes fra Kirkens distribusjonssenter. Oppfordre gjerne deltakerne til å bruke disse publikasjonene i sin familie (de er oppført på s. VI i *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere*).

- *Veiledning for familien* (31180 170). Veiledningen beskriver familiens organisasjon, informerer om undervisning i evangeliet i hjemmet, og forklarer fremgangsmåtene ved prestedømsordinanser og prestedømsvelsignelser.
- Artikler om ekteskap og familie i Kirkens tidsskrifter.
- *Idébok for familiens hjemmeaften* (31106 170). Denne boken er en hjelp for foreldre og barn i forberedelsen av leksjoner til familiens hjemmeaften (s. 3–197, 213–264). Den inneholder idéer til hvordan man kan gjøre familiens hjemmeaften vellykket (s. 201–210), og forslag til hvordan man kan undervise barn om spesielle prinsipper og ansvar (s. 267–289). Den inneholder dessuten idéer til familieaktiviteter (s. 293–365).
- *Undervisning, intet større kall* (36123 170). Dette hjelpemidlet inneholder prinsipper og praktiske forslag som vil hjelpe Kirkens medlemmer til å forbedre seg som lærere i evangeliet. Del D, "Undervisning i hjemmet" (s. 125–148), er spesielt nyttig for foreldre.
- *Veiledning i undervisningen* (34595 170). Veiledningen inneholder forslag til forbedring av undervisningen og læringen innenfor evangeliet.
- *Til styrke for ungdom* (34285 170). Denne brosjyren forklarer Kirkens normer for stevnemøter, påkledning og opptreden, vennskap, ærlighet, språk, media, psykisk og fysisk sunnhet, musikk og dans, seksuell renhet, adferd på søndager, omvendelse, verdighet og tjeneste.
- *Veiledning for foreldre* (31125 170). Denne håndboken inneholder forslag til hjelp for foreldre når det gjelder å undervise barn om fysisk intimitet.
- *Hjørnestener i et lykkelig hjem* (33108 170/PXMP052170). Denne brosjyren inneholder en tale av president Gordon B. Hinckley mens han var annenrådgiver i Det første presidentskap.
- "Veiledning om familieøkonomi", *Liahona*, apr. 2000 . Denne artikkelen av eldste Marvin J. Ashton i De tolv apostlers quorum gir praktiske forslag om styring av familieøkonomien.

DEL A

HVORDAN STYRKE EKTESKAPET



”FAMILIEN STÅR SENTRALT I SKAPERENS PLAN”

LEKSJON

1

Formål	Å fremheve familiens evige betydning og hjelpe deltakerne å forstå hva de må gjøre for å få fullt utbytte av kurset i Ekteskap og familieforhold.
Forberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Gjennomgå prinsippene under ”Ditt ansvar som lærer” (s. IX–XI i denne boken). Se etter måter å anvende disse prinsippene når du forbereder deg til å undervise.2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Ha disse i tankene gjennom uken som en del av forberedelsen, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov.3. Studer ydmykt ”Familien—En erklæring til verden” på s. VIII i denne boken og s. IV i <i>Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere</i>.4. Skaff til veie et eksemplar av <i>Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere</i> (36357 170) til hver kursdeltaker. Du skulle få disse fra Søndagsskolens presidentskap, wardssekretæren eller assisterende sekretær med ansvar for materiell.5. Be på forhånd en eller to deltakere om å forberede seg på å fortelle i korte trekk hva de følte da de ble viet i templet. Spør dem også om de kan forberede å si litt om gleden og velsignelsene de høster i dette liv på grunn av at de har blitt beseglet til sin ektefelle for evigheten. Søk Åndens veiledning når du skal ta stilling til hvem du vil gi denne oppgaven.6. Før klasseperioden skriver du følgende sitat på tavlen (fra <i>Stand Ye in Holy Places</i> [1974], s. 255): <i>Det viktigste du og jeg noen gang kan utføre i Herrens verk, vil vi utføre innenfor veggene i vårt eget hjem.</i>

*President Harold B. Lee
Kirkens 11. president*

Forslag til gjennomgåelse	Profeter i de siste dager stadfester ekteskapets og familiens evige betydning Fortell følgende sanne historie: En mann hadde åpenbart mistet alt i en katastrofal flom. Han gråt, ikke over tapet av sitt jordiske gods, men fordi han ikke kunne finne sin kjære hustru og sine fire barn. Det var reell fare for at de hadde druknet. Så kom nyheten om at de var i live og ventet på ham ved en redningsstasjon i nærheten. Hvilket gledens øyeblikk da de ble ført sammen igjen! I denne gledesrusen sa mannen: ”Jeg har min familie hos meg igjen, og selv om jeg står her uten en eneste jordisk eiendel å knytte mitt navn til, føler jeg meg som en millionær.” (Sitert av Robert L. Simpson i <i>Lys over Norge</i> , apr. 1981, s. 15–19.)
----------------------------------	---

Formidle kort din overbevisning og ditt vitnesbyrd om ekteskap og familie. Hvis det passer, kan du fortelle hva du føler for din egen familie. Les så følgende uttalelse av eldste Boyd K. Packer i De tolv apostlers quorum:

"Kirkens ryggrad er ikke stavssenteret, det er ikke møtehuset... Det helligste sted på jorden behøver ikke nødvendigvis være templet. Møtehuset, stavssenteret og templet er hellige i den betydning at de bidrar til oppbyggingen av den aller helligste institusjon i Kirken—hjemmet—og til velsignelse for de aller helligste forhold i Kirken, familien." (*That All May Be Edified*" [1982], s. 234–35.)

Gi hver kursdeltaker et eksemplar av *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere*. Be dem om å slå opp på side IV. Forklar at i 1995 utstedte Det første presidentskap og De tolv apostlers quorum en erklæring til hele verden om ekteskap og familie. Mange av de læresetninger og prinsipper som erklæringen inneholder, vil bli drøftet i løpet av dette kurset. Les erklæringen sammen med deltakerne ved at du lar forskjellige deltakere lese et avsnitt hver høyt.

- Hvilke læresetninger og prinsipper inneholder erklæringen om familien? (Overvei å skrive deltakernes svar på tavlen.) Hvorfor trenger verden slik rettleiding og advarsel?

President Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president, forklarte: "Hvorfor får vi denne erklæringen om familien nå? Fordi familien blir angrepet. Over hele verden går familier i oppløsning. Stedet å begynne å forbedre samfunnet er i hjemmet. For det meste gjør barn det de blir opplært til. Vi prøver å gjøre verden bedre ved å gjøre familien sterkere." (*"Inspirerende tanker", Lys over Norge*, aug. 1997, s. 5.)

- Hvordan har du og din familie blitt styrket ved å følge rådet i denne erklæringen?

Evig ekteskap kan gi glede og store velsignelser i dette liv og i all evighet.

Fremhev at evig ekteskap står sentralt i vår himmelske Faders store plan for lykke. Det gjør det mulig for familier å finne sann lykke i dette liv og fortsette å ha fremgang i evigheten.

- Hvilke velsignelser kan vi motta i dette liv når vi har blitt viet for evigheten?

Oppfordre de deltakerne som har fått denne oppgaven, til å si litt om hva de følte da de ble viet i templet, og om gleden og velsignelsene de høster i dette liv fordi de har blitt besejlet til sin ektefelle for evigheten (se "Forberedelse", punkt 5).

Overvei å formidle en eller flere av følgende uttalelser:

President James E. Faust i Det første presidentskap har sagt: "Mange pakter er uunnværlige for å oppnå lykke her og i livet etter dette. Blant de viktigste er ekteskapspaktene som inngås mellom mann og hustru. Fra disse paktene strømmer livets største gleder. (I *Lys over Norge*, juli 1998, s. 17.)

Eldste Boyd K. Packer sa at "forelskelse, kjærlighet, ekteskap og det å bli foreldre" er "de reneste, vakreste og beste opplevelser i livet" (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 20).

Eldste Joseph B. Wirthlin i De tolv apostlers quorum uttrykte seg slik: "Det gode fellesskapet i et evig ekteskap er en av de største velsignelser Gud har gitt sine barn. De mange årene jeg har hatt sammen med min gode ledsager, har i

sannhet bragt meg de største gleder i mitt liv. Helt fra tidens begynnelse har ekteskapet vært grunnleggende for vår himmelske Faders store plan for lykke. Vårt liv påvirkes til det gode, og vi blir begge både beriket og opphøyet ved de fine velsignelser samvær med kjære medlemmer av vår familie gir." (*Lys over Norge*, jan. 1998, s. 33.)

I sin første tale til alle Kirkens medlemmer som Kirkens president sa president Gordon B. Hinckley: "Jeg setter pris på min kjære hustru gjennom 58 år senere i denne måneden... Hvor takknemlig jeg er for denne dyrebare kvinnen som har vandret ved min side gjennom solskinn og uvær. Vi er ikke like høyreiste som vi en gang var. Men vår kjærlighet til hverandre har på ingen måte skrumpet inn." (*Lys over Norge*, juli 1995, s. 71.)

Forklar at mange tror at ekteskap og familieliv bare er noe som vi har på jorden. Men som medlemmer av Kirken vet vi at et verdig par kan gå inn i templet og ved en hellig prestedømsordinans bli beseglet til hverandre som mann og hustru for evigheten. Når en mann og en kvinne blir viet på denne måten, begynner en evig familieenhet.

- Hvilke evige velsignelser loves ektepar som blir beseglet ved prestedømmets kraft og deretter forblir trofaste mot sine pakter? (Les Lære og pakter 131:1–4, 132:19–24, 30–31 sammen med deltakerne. Det nedenstående inneholder noen svar, som godt kan skrives på tavlen.)
 - a. De vil bli opphøyet i den høyeste grad av det celestiale rike sammen med vår himmelske Fader og Jesus Kristus (L&p 131:1–3, 132:20–24).
 - b. De vil være sammen "i tid og igjennom all evighet" (L&p 132:19). Deres barn kan også være en del av deres evige familie. (Forklar at Forjettelsens hellige ånd, som nevnes i L&p 132:19, er Den hellige ånd. I henhold til vår trofasthet bekrefter Den hellige ånd at de prestedømsordinanser vi har motatt, og de pakter vi har inngått, er akseptable for Gud.)
 - c. De vil "arve troner, riker, fyrstedømmer [og] velde" (L&p 132:19).
 - d. De vil fortsette å få etterkommere, eller ånde barn, gjennom evigheten (L&p 132:19, 30–31, se også L&p 131:4).
- Hvordan hjelper det deg å vite at familier kan være evige?

Påpek at det er mange trofaste siste-dagers-hellige som uforskyldt ikke får anledning til å motta velsignelsene ved evig ekteskap i dette liv. Understrek at Herren har lovet at alle trofaste hellige til sist vil motta disse velsignelsene. Hvis du føler det er nødvendig å hjelpe deltakere til å forstå dette prinsippet, kan du lese følgende uttalelse av eldste Dallin H. Oaks i De tolv apostlers quorum:

"Vi vet at mange verdige og gode siste-dagers-hellige for tiden ikke har de ideelle anledninger og nødvendige forutsetninger for sin utvikling. Enslighet, barnløshet, død og skilsmisse kullkaster idealer og utsetter oppfyllelsen av lovede velsignelser. Dessuten har enkelte kvinner som ønsker å være mor og husmor på heltid, bokstavelig blitt tvunget til å arbeide på heltid utenfor hjemmet. Men disse hindringene er bare midlertidige. Herren har lovet at i evigheten vil ingen velsignelse nektes hans sønner og døtre som holder budene, er tro mot sine pakter og ønsker det som er riktig.

Mange av de viktigste berøvelser i jordelivet vil rettes opp i tusenårsriket, som er tiden for å oppfylle alt som er ufullstendig i den store planen for lykke for alle vår Faders verdige barn. Vi vet at det vil skje når det gjelder tempelordinanser.

Jeg tror også det gjelder familieforhold og –erfaringer”. (I *Lys over Norge*, jan. 1994, s. 74.)

For å vinkle det inn på individuelle deltakeres situasjon kan det være en hjelp å lese den ene eller begge uttalelsene under ”Tilleggskilder” på s. 8.

Kurset Ekteskap og familieforhold er utarbeidet for å hjelpe oss å finne glede i vårt familieforhold.

La en deltaker lese følgende uttalelse høyt:

President Harold B. Lee, Kirkens 11. president, sa: ” Det viktigste du og jeg noen gang vil utføre i Herrens verk, vil vi utføre innenfor veggene i vårt eget hjem” (*Stand Ye in Holy Places*, s. 255).

- På hvilken måte ville verden være annerledes hvis alle levde i henhold til denne enkle uttalelsen?

Forklar at dette kurset er utarbeidet for å hjelpe oss med å styrke ekteskap og familie og finne glede i vårt familieforhold. Leksjonene tar utgangspunkt i læresetninger og prinsipper i Skriften og fra profeter i de siste dager.

Påpek at ved å velge å delta i dette kurset har deltakerne vist at de har ønske om å styrke sin familie. Det er tre ting de må gjøre for å få fullt utbytte av kurset:

1. Delta i klassen.

Fremhev at alle kursdeltakerne kan lære av hverandre uansett hvilken erfaring de har med ekteskap eller barneoppdragelse. Oppfordre deltakerne til å bære vitnesbyrd om de sannheter de drøfter, og å fortelle om erfaringer som har passende relasjon til leksjonene.

2. Bruke *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere*.

Be deltakerne åpne *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere*. Forklar at til hver leksjon er det ”Forslag til anvendelse”, som er en hjelp for deltakerne til å anvende de læresetninger og prinsipper de har lært. I tillegg inneholder hver leksjon en eller to artikler av Kirkens generalautoriteter. Etter hver leksjon skulle deltakerne gjennomføre minst én ting av det som er foreslått, og lese hver artikkel nøye. Ektepar kan ha stor nytte av å lese artiklene sammen og drøfte dem.

Slå opp på side 3–7 i studieveiledningen. Oppmuntre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved å (1) følge minst ett av forslagene under ”Forslag til anvendelse” og (2) studere artikkelen ”For tid og all evighet” av eldste Boyd K. Packer.

Oppmuntre deltakerne til å ta med seg studieveiledningen til klassen til hver leksjon.

3. Gå inn for å følge læresetningene og prinsippene i leksjonene.

Fremhev at det ikke er nok bare å lære evangeliet. For at evangeliet skal være virksomt i ditt liv, må du etterleve det du lærer. President Harold B. Lee sa, ”Vi kan aldri virkelig vite noe om evangeliets læresetninger før vi har erfart velsignelsene ved å etterleve hvert av dets prinsipper.” (*Stand Ye in Holy Places* [1974], s. 215.)

Vårt hjem kan være "et stykke himmel" hvis vi bygger "på vår Forløser's klippe".

Fremhev at i dagens verden er hjemmet et av de få steder hvor vi kan finne fred. Les deretter følgende uttalelse av president Thomas S. Monson i Det første presidentskap:

"Hvis vi virkelig prøver, kan vårt hjem bli et stykke himmel her på jorden. De tankene vi tenker, de gjerningene vi gjør, det liv vi lever, får ikke bare innvirkning på hvordan vi lykkes på vår reise på jorden. De merker veien til våre evige mål" ("*Adelsmerker på et lykkelig hjem*", *Lys over Norge*, jan. 1989, s. 59).

- I hvilken forstand kan hjemmet være "et stykke himmel"?

Etter at deltakerne har svart på dette spørsmålet, forteller du om din overbevisning med hensyn til hvordan hjemmet kan være et stykke himmel. Ta med, slik det passer, en eller to personlige erfaringer i ditt vitnesbyrd.

Formidle følgende uttalelse av president Spencer W. Kimball, Kirkens 12. president:

"Mange av de samfunnsmessig hemmende bånd som før bidro til å styrke og støtte familien, oppløses og forsvinner. Tiden vil komme da bare de som tror fullt og fast på familien, vil være i stand til å bevare sin familie i den økende ugudeligheten omkring oss" ("*Familier kan være evige*", *Lys over Norge*, apr. 1981, s. 6).

Les Helaman 5:12 sammen med deltakerne. Les deretter følgende uttalelse av eldste Joseph B. Wirthlin i De tolv apostlers quorum:

"Hvis dere bygger deres hjem på vår Forløser's klippe og evangeliet, kan det bli en helligdom der deres familie kan vernes mot livets stormer" ("*Åndelig sterke hjem*", *Lys over Norge*, juli 1993, s. 69).

- Hvordan forstår du det å bygge ditt hjem "på vår Forløser's klippe"? Hva vil en familie konkret gjøre hvis deres hjem har Kristus som midtpunkt?

Understrek at dette kurset handler om prinsipper som ligger til grunn for å styrke ekteskap og familie. Vi skulle anvende disse prinsippene så vi kan komme nærmere vår himmelske Fader og Jesus Kristus i hjemmet vårt. Vi må aldri tape Frelserens uendelige forsoning av syne, som gjør det mulig for oss å være sammen med vår familie for alltid.

Konklusjon

Uttrykk din begeistring for kurset og la deltakerne vite hva de kan forvente av deg som lærer. Du kan f.eks. forsikre dem om at du vil forberede deg åndelig til å undervise, og at også du vil anvende prinsippene i hver leksjon og bruke *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere*. Oppmuntre dem du underviser, til å inngå en forpliktelse om å delta i klassen, bruke studieveiledningen og anvende de læresetninger og prinsipper de lærer.

Bær vitnesbyrd, slik Ånden tilskynder deg til, om familiens store betydning. Uttrykk takknemlighet for kunnskapen om at din familie kan være evig.

Tilleggsilder

Uttalelser knyttet til de behov deltakere som ikke befinner seg i en tradisjonell familiesituasjon, har.

Les den ene eller begge følgende uttalelser for å ivareta behovene til de som ikke befinner seg i en tradisjonell familiesituasjon:

President Ezra Taft Benson, Kirkens 13. president, fortalte Kirkens enslige søstre: "Vi ser dere som en vital del av Kirkens medlemsmasse. Vi ber om at den vekt vi på naturlig vis legger på familier, ikke vil få dere til å føle dere mindre tiltrengt eller mindre verdifulle for Herren eller for hans kirke. De hellige bånd som angår medlemskap i Kirken, går langt utover ekteskapelig status, alder eller den nåværende situasjon. Din personlige verdi som en Guds datter overstiger alt." ("Til Kirkens enslige voksne søstre", *Lys over Norge*, jan. 1989, s. 84.)

President Joseph Fielding Smith, Kirkens 10. president, forkynte: "Hvis en mann eller en kvinne som er blitt beseglet i templet for tid og evighet, skulle synde og ikke får adgang til å bli opphøyet i det celestiale rike, kan ikke han eller hun bremse fremgangen til den ektefelle som er skadelidende, og som har vært trofast. Alle vil bli dømt etter sine gjerninger, og det ville ikke være rettferdig å dømme den uskyldige for de synder den skyldige har begått." (*Frelsende læresetninger*, 2:149.)

HVORDAN UTVIKLE ENHET I EKTESKAPET

LEKSJON

2

Formål Å hjelpe ektepar til å bli mer forenet, og å hjelpe enslige medlemmer å forberede seg på å ha enhet i ekteskapet.

Forberedelse

1. Når du forbereder deg til å undervise, så se etter måter å følge prinsippene på som står oppført under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken).
2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Tenk over som en del av forberedelsen hvordan du kan hjelpe deltakerne å anvende disse læresetningene og prinsippene. Søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle legge vekt på for å dekke deltakernes behov.
3. Hvis *Idébok for familiens hjemmeaften* (31106 170) er tilgjengelig, studerer du "Å oppnå enhet i ekteskapet", på s. 271. Overvei å referere til artikkelen i løpet av leksjonen.
4. Ta med et ark og en blyant eller penn til hver deltaker.

Forslag til gjennomgåelse

Herren har befalt mann og hustru å være ett.

Som en innledning til leksjonen skriver du $1+1=1$ på tavlen.

- Hvordan beskriver dette ekteskapsforholdet?

Etter at deltakerne har drøftet dette spørsmålet, leser du 1. Mosebok 2:24 sammen med dem. Understrek at Gud har befalt mann og hustru å være ett.

- Hvilken betydning har det for mann og hustru å være ett?

La deltakerne lese følgende uttalelse av eldste Henry B. Eyring i De tolv apostlers quorum (s. 8 i *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere*):

"Da mannen og kvinnen ble skapt, ble ikke enhet i ekteskapet gitt som et håp, det var en befaling! 'Derfor skal mannen forlate sin far og sin mor og bli hos sin hustru, og de skal være ett kjød' (1. Mos. 2:24). Vår himmelske Fader ønsker at vi skal være forenet i våre hjerter. Denne forening i kjærlighet er ikke bare et ideal. Det er en nødvendighet." ("Så vi kan bli ett", *Lys over Norge*, juli 1998, s. 67.)

Forklar at denne leksjonen omhandler flere måter som mann og hustru kan være ett på.

Mann og hustru skal verdsette hverandre som likeverdige partnere.

Forklar at et viktig prinsipp for enhet i ekteskapet er at mann og hustru skulle verdsette hverandre som likeverdige partnere. Mens president Gordon B. Hinckley var førsterådgiver i Det første presidentskap, uttalte han:

”Ekteskapet er i sin egentlige betydning et partnerskap mellom likeverdige partnere, der ingen utøver herredømme over den andre, men der begge i stedet oppmuntrer og hjelper hverandre med de ansvarsoppgaver og forhåpninger de måtte ha.” (*”Jeg tror”, Lys over Norge, mars 1993, s. 7.*)

- Hvorfor må mann og hustru verdsette hverandre som likeverdige partnere for å være ett?
- Hvilke holdninger eller skikker hindrer mann og hustru i å være likeverdige partnere i ekteskapet? Hva kan mann og hustru gjøre for å overvinne slike utfordringer?

Eldste Boyd K. Packer i De tolv apostlers quorum har sagt:

”Det var ikke meningen at kvinnen alene skulle innrette seg etter sin manns eller sine sønners prestedømsplikter. Hun skal selvfølgelig støtte, oppholde og oppmuntre dem.

Prestedømsbærere må på sin side innrette seg etter de behov og det ansvar en hustru og mor har. Hennes fysiske, følelsesmessige, intellektuelle og kulturelle velbefinnende og hennes åndelige utvikling må ha førsteprioritet blant [deres] prestedømsplikter.

Det er ingen oppgave, uansett hvor lite hyggelig den er, knyttet til småbarnsstell, barneoppdragelse eller vedlikehold av hjemmet, som ikke [en ektemann] har like stor forpliktelse til å utføre.” (*”A Tribute to Women”, Ensign, juli 1989, s. 75.*)

Eldste Richard G. Scott i De tolv apostlers quorum har gitt denne rettleiding til prestedømsbærere: ”Som ektemann og verdig prestedømsbærer ønsker du å følge Frelserens eksempel, han hvis prestedømme du bærer. Det at du gir av deg selv til hustru og barn, vil være noe av det viktigste for deg. Det hender at en mann prøver å kontrollere det enkelte familiemedlems fremtid. Han tar alle avgjørelser. Hans hustru er underlagt hans personlige innfall. Det spiller ingen rolle om dette er skikken eller ei. Det er ikke Herrens måte. Det er ikke den måten en siste-dagers-hellig ektemann behandler sin hustru og familie på.” (*”Motta templets velsignelser”, Liahona, juli 1999, s. 30.*)

- Kan dere nevne noe mann og hustru gjør når de verdsetter hverandre som likeverdige partnere? (Overvei å oppsummere deltakernes svar på tavlen).
 - a. De deler ansvar for å påse at familien ber sammen, for å lede familiens hjemmeaften og studere Skriften sammen.
 - b. De samarbeider om å planlegge hvordan familiens midler skal brukes.
 - c. De konfererer og kommer til enighet om husregler og barneoppdragelse. Barna ser at foreldrene står sammen i slike avgjørelser.
 - d. De planlegger familieaktiviteter i fellesskap.
 - e. De hjelper hverandre med husholdningsoppgaver i hjemmet.
 - f. De går i kirken sammen.

Mann og hustru skulle la sine personlige egenskaper og evner utfylle hverandre.

Les 1. Korinterbrev 11:11 sammen med deltakerne. Gjengi deretter eldste Richard G. Scotts uttalelse:

”Herrens plan krever to—en mann og en kvinne—for å danne et hele... For å oppnå den største lykke og produktivitet i livet trenges både mann og hustru. Deres innsats griper inn i hverandre og supplerer hverandre. De har begge spesielle egenskaper som passer best til den rolle Herren har definert for å oppnå lykke som mann eller kvinne. Når egenskapene anvendes slik Herren har ment, gir de et ektepar mulighet til å tenke, handle og glede seg som ett—å møte utfordringer sammen og overvinne dem som ett, å vokse i kjærlighet og forståelse, og gjennom tempelordinanser bli knyttet sammen til en helhet, for evig. Det er planen.” (“Gleden ved å følge den store plan for lykke”, *Lys over Norge*, jan. 1997, s. 70.)

For å illustrere det prinsippet eldste Scott behandler, kan du gjøre følgende:

Gi hver deltaker et ark og en penn/blyant. Be alle som er gift, om å skrive ned noen av sine egenskaper og evner og noen av sin manns egenskaper og evner. Be alle som er enslige, om å tenke på et ektepar og skrive ned noen av mannens og hustruens egenskaper. Når deltakerne har hatt noen minutter til å skrive, stiller du følgende spørsmål:

- På hvilke måter kan de egenskapene og evnene du har skrevet ned, hjelpe ektepar til å stå forenet? (Be deltakerne om å gi konkrete eksempler.)
- Hvordan har du sett at ulikheter mellom mann og hustru har styrket forholdet?

Les følgende uttalelse av søster Marjorie P. Hinckley, president Gordon B. Hinckleys hustru, om hennes første år som gift:

”Vi elsket hverandre, det var ingen tvil om det, men vi måtte også venne oss til hverandre. Jeg tror alle ektepar må venne seg til hverandre. Jeg forsto på et tidlig tidspunkt at det ville være bedre om vi gikk mer inn for å bli vant til hverandre enn at vi stadig prøvde å forandre hverandre.” (*Church News*, 26. sep. 1998, s. 4.)

- Hvordan kan resultatet bli annerledes om ektepar prøver å ”bli vant til hverandre” istedenfor å ”stadig prøve å forandre hverandre”?

Mann og hustru må være lojale overfor hverandre.

Gi følgende rettleiding fra president Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president:

”Bestem dere for at det aldri skal komme noe mellom dere som vil ødelegge ekteskapet. Få det til å fungere. Ta en beslutning om å få det til å fungere. Det forekommer alt for mange skilsmisser som fører til hjertesorg og noen ganger til ødelagte liv. Vær lojale mot hverandre for enhver pris.” (“Life’s Obligations”, *Ensign*, feb. 1999, s. 2, 4.)

- Hva betyr ordet *lojal* for deg? (Svarene kan omfatte å være trofast, sann og troverdig i et forhold.)

Forklar at Herren har understreket nødvendigheten av at mann og hustru er lojale overfor hverandre. Les Lære og pakter 42:22 sammen med deltakerne. Påpek at dette budet gjelder mann og hustru i like stor grad.

- Hva menes med å holde seg til sin mann eller sin hustru og ingen annen?

President Spencer W. Kimball, Kirkens 12. president, forkynte: ”Ordene *ingen annen* eliminerer alle og alt. Ektefellen blir dermed den fremtredende i mannens eller kvinnens liv, og hverken sosialt liv, yrkesliv, politisk liv eller noen

annen interesse eller person eller ting skal noen sinne ha fortrinnsrett fremfor ens livsledsager." (*Faith Precedes the Miracle* [1972], s. 143.)

- Hvordan kan vi hindre at vårt sosiale liv og yrkesliv og våre oppgaver i Kirken bryter med vår lojalitet overfor ektefellen?
- Kan dere nevne noen konkrete måter ektepar kan vise lojalitet overfor hverandre på? (Hvis deltakerne har vanskelig for å svare på dette spørsmålet, kan du gi noen eksempler som de nedenfor.)
 - a. En mann kan omprioritere arbeid, avkobling eller andre avtaler for å feire sin hustrus fødselsdag.
 - b. En hustru kan daglig be om at hennes mann må lykkes i det han holder på med.
 - c. De kan lytte til hverandre, selv om det kanskje ikke passer så godt.
 - d. De kan snakke kjærlig og respektfullt om hverandre i samtaler med familie-medlemmer og venner.

Konklusjon

Understrek at Herren og hans profeter har befalt mann og hustru å stå forenet i kjærlighet og arbeide sammen som likeverdige partnere. Mann og hustru kan vise sin lojalitet overfor hverandre hver dag i tanker, ord og gjerninger.

Bær vitnesbyrd, slik Ånden tilskynder deg til, om de sannheter dere har drøftet i denne leksjonen.

Henvis til side 8–11 i *Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere*.

Oppmuntre deltakerne til å repetere læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved å (1) følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Så vi kan bli ett" av eldste Henry B. Eyring. Påpek at ektepar kan ha stor nytte av å lese artiklene i studieveiledningen sammen og drøfte dem med hverandre.

Minn deltakerne på å ta med seg studieveiledningen til klassen neste gang.

HVORDAN GI NÆRING TIL KJÆRLIGHETEN OG VENNSKAPET I ET EKTESKAP

LEKSJON

3

Formål	Å hjelpe deltakerne til å forstå prinsippet kjærlighet bedre, og oppmuntre gifte til å pleie kjærligheten i sitt ekteskap.
---------------	--

Forberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Tenk over hvordan du kan anvende prinsippet under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken).2. Les de læresetningene og prinsippene som står med fet skrift i leksjonen. Tenk over som en del av forberedelsen gjennom uken på hvordan du kan undervise i disse læresetningene og prinsippene. Søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle legge vekt på for å dekke deltakernes behov.3. Hvis du kan skaffe til veie følgende gjenstander, forbereder du å bruke dem som en del av leksjonen:<ol style="list-style-type: none">a. Et eller flere brudebilder. Du kan eksempelvis vise bildet "Ungt par på vei til templet" (62559, Bildesettet Kunst inspirert av evangeliet, nr. 609) eller du kan ta med bilder fra ditt eget bryllup og be deltakerne om å ta med sine brudebilder.b. En blomst eller et bilde av en blomst.
---------------------	--

Forslag til gjennomgåelse	<p>Mann og hustru trenger å gi næring til sin kjærlighet til hverandre.</p> <p>Vis ett eller flere brudebilder (se "Forberedelse", punkt 3 a). Si litt om den kjærligheten som mann og hustru føler for hverandre når de gifter seg.</p> <p>Sett frem en blomst eller et bilde av en blomst (se "Forberedelse", punkt 3 b). La en av deltakerne lese følgende uttalelse av president Spencer W. Kimball, Kirkens 12. president (s. 14 i <i>Ekteskap og familieforhold—Studieveiledning for deltakere</i>):</p> <p>"Kjærligheten er som en blomst, og på samme måte som legemet trenger den konstant næring. Det kjødelige legeme ville snart bli avmagret og dø uten hyppig tilførsel av næring. En skjør blomst ville visne og dø uten næring og vann. Heller ikke kjærlighet kan forventes å vare evig med mindre den stadig blir tilført porsjoner med kjærlighet, uttrykk for aktelse og beundring, takknemlighet og uselvvisk omtanke." ("Oneness in Marriage", <i>Ensign</i>, mars 1977, s. 5.)</p> <p>Forklar at denne leksjonen handler om hva mann og hustru kan gjøre for å pleie sin kjærlighet til hverandre så den vil fortsette å vokse.</p> <p>Uttrykk for hengivenhet og vennlighet holder kjærligheten og vennskapet levende i et ekteskap.</p> <p>Be de deltakerne som er gifte, om å tenke tilbake på den tiden de var nygifte. Oppfordre dem til å fortelle om noe de pleide å gjøre for sin ektefelle på den tiden.</p>
----------------------------------	--

- Hvorfor er slike handlinger nødvendige gjennom hele ekteskapet?

Forklar at mann og hustru må fortsette å flørte med hverandre og gi næring til sitt vennsforhold hele livet. Hvis de gjør det, vil de oppleve at den gjensidige kjærligheten vokser seg sterkere.

Eldste Marlin K. Jensen i De sytti har sagt: "Vennskap er ... en vesentlig og fin del av forlovelsestiden og ekteskapet. Et forhold mellom mann og kvinne som begynner med vennskap og så utvikler seg til forelskelse og til slutt ekteskap, vil vanligvis bli et varig, evig vennskap. Det finnes ikke noe mer inspirerende i dagens verden, hvor ekteskap så lett og oppløses, enn å se en ektemann og hustru som stillferdig verdsetter og trives i hverandres vennskap år ut og år inn, mens de sammen opplever jordelivets velsignelser og prøvelser." (*Liahona*, juli 1999, s. 75.)

Mens eldste James E. Faust var i De sytti, uttalte han at en av de mindre åpenbare, men betydeligste årsaker til skilsmisse er "den konstante mangel på berikelse i ekteskapet, ... mangel på dette lille ekstra som gjør det verdifullt, spesielt og vidunderlig å leve når det ellers er slitsomt, vanskelig og kjedelig." Han ga følgende rettleiding: "Det er de små ting som er avgjørende. Det er vedvarende verdsettelse av hverandre og omtenkksomhet når det gjelder å vise takknemlighet. Det er å oppmuntre og hjelpe hverandre til utvikling og fremgang. Ekteskap er en felles søken etter det gode, det vakre og det guddommelige." (*Lys over Norge*, apr. 1978, s. 13.)

- Hvilke "små ting" kan holde kjærligheten og vennskapet levende i et ekteskap? (Overvei å skrive deltakernes svar på tavlen.) Hvilke erfaringer eller eksempler kan du fortelle om som viser hvor viktig det er å få kjærligheten til å vokse på denne måten?

En kvinne som hadde vært gift i 35 år, sa: "Det er så hyggelig at min mann fortsatt har med overraskelser til meg når han har vært borte en kveld eller en helg. Det trenger ikke være store ting, bare en liten kake eller en blomst han har tatt med fra møtet. Jeg setter spesielt pris på at han ringer til meg fra arbeidet midt på dagen bare for å spørre hvordan jeg har det eller for å fortelle en spennende nyhet. Slike små ting gjør at jeg føler meg elsket og verdsatt."

Påpek at mann og hustru trenger å planlegge tid da de kan være alene sammen. La deltakerne lese følgende råd fra eldste Joe J. Christensen i De sytti (s. 19 i deltakerheftet).

"Hold forelskelsen i live. Sett av tid til å gjøre ting sammen—bare dere to. Selv om det er svært viktig å tilbringe tid sammen med barna som en familie, trenger dere tid sammen regelmessig hver uke. Hvis dere avsetter tid til det, lar dere barna vite at dere setter ekteskapet deres så høyt at dere trenger å pleie det. Dette krever forpliktelse og planlegging." (*Lys over Norge*, juli 1995, s. 65–66.)

- Hva kan hindre at mann og hustru tar seg tid til å gjøre noe sammen?
Hvordan kan ektepar ta seg tid til å holde forelskelsen levende?

Passende intimitet i ekteskapet er et uttrykk for kjærlighet.

Forklar at passende uttrykk for fysisk intimitet i ekteskapet bifalles av Herren. Det er til stor velsignelse for et ektepar, det hjelper dem å være forenet i ånd og styrker deres kjærlighet til hverandre. Overvei å gi deltakerne del i alle eller noen av disse uttalelsene:

Eldste Richard G. Scott i De tolv apostlers quorum forklarte formålet med fysisk intimitet i ekteskapet: "I ekteskapets varige pakt tillater Herren mann og hustru å bruke den hellige forplantingsevnen i all sin herlighet og skjønnhet innenfor de grenser han har satt. Ett formål med denne fortrolige, hellige og intime handlingen er å skape fysiske legemer til de ånder som vår himmelske Fader ønsker å gi erfaring i jordelivet. En annen årsak til disse mektige og fine kjærlighetens følelser er å knytte mann og hustru sammen i lojalitet, trofasthet, gjensidig omtanke og et felles mål." (*Lys over Norge*, jan. 1995, s. 36.)

Eldste Dallin H. Oaks i De tolv apostlers quorum sa det slik: "Kraften til å skape jordisk liv er den mest opphøyde kraft Gud har gitt sine barn. Bruken av den ble påbudt i den første befaling [til Adam og Eva], men det ble også gitt en annen viktig befaling som forbød misbruk av den. Den vekt vi legger på kyskhetsloven, forklares ut fra vår forståelse av hensikten med vår forplantningsevne i relasjon til oppfyllelsen av Guds plan. Gud finner behag i at vi bruker vår forplantningsevne, men han har befalt at den bare skal brukes innenfor ekteskapet." (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 70.)

President Spencer W. Kimball har uttalt: "Innenfor et lovlig inngått ekteskap er det intime seksuelle forhold riktig og anerkjent av Gud. Det er intet vanhellig eller nedverdiggende ved seksualiteten i seg selv, for ved den er menn og kvinner sammen om en skapelsesprosess og et uttrykk for kjærlighet." (*The Teachings of Spencer W. Kimball*, red. Edward L. Kimball [1982], s. 311.)

Eldste Jeffrey R. Holland i De tolv apostlers quorum har sagt: "Intimkontakt mellom mennesker er forbeholdt gifte par fordi den er det overordnede symbol på fullstendig forening, en fullstendighet forordnet og definert av Gud. Fra Edens have og fremover var ekteskap ment å være den fullstendige sammen-smeltning mellom mann og kvinne—deres hjerter, håp, liv, kjærlighet, familie, fremtid—alt. Adam sa om Eva at hun var ben av hans ben og kjød av hans kjød og at de skulle være "ett kjød" i sitt liv sammen [se 1. Mosebok 2:23–24]. Dette er en forening av slik fullkommenhet at vi bruker betegnelsen *besegele* for å vise dens evige løfte. Profeten Joseph Smith sa en gang at vi kanskje kunne forklare et slikt hellig bånd som å bli 'sammenføyet' med hverandre [se L&P 128:18]." (*Liahona*, jan. 1999, s. 91.)

President Howard W. Hunter, Kirkens 14. president, ga oss den rettleiding at selv innenfor ekteskapet må den hellige skaperkraften ikke misbrukes: "Ømhet og respekt—aldri selviskhet— må være de ledende prinsipper i det intime forholdet mellom mann og hustru. Begge parter må være hensynsfulle og følsomme for den andres behov og ønsker. Enhver dominerende, usømmelig eller ukontrollert oppførsel i det intime forholdet mellom mann og hustru fordømmes av Herren." (*Lys over Norge*, jan. 1995, s. 49.)

Les 2. Mosebok 20:14, 17 sammen med deltakerne. Gjengi så følgende uttalelse av president Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president:

"Vi tror på kyskhets før ekteskapet og fullstendig troskap etter vielsen. Det er en oppsummering av moralloven. Det er veien til lykke i livet. Det er veien til tilfredsstillende. Det gir fred i hjertet og fred i hjemmet." (*Lys over Norge*, jan. 1997, s. 46.)

Understrek at mann og hustru skulle være påpasselige med ikke å foreta seg noe som er så mye som i nærheten av utroskap. De må for eksempel alltid opprett-

holde følelsesmessige og fysiske grenser mellom seg selv og kolleger av det motsatte kjønn.

- Hvorfor er fullstendig troskap i ekteskapet så avgjørende?
- På hvilke måter er det å se usunt eller pornografisk stoff et tillitsbrudd i et ekteskap? På hvilke måter skader det et ekteskap å flørte med en av det motsatte kjønn?

Gjengi den ene eller begge de følgende uttalelser:

President Howard W. Hunter ga denne rettleddningen: "Vær trofast i deres ekteskapspakter i tanker, ord og gjerninger. Pornografi, flørting og usunne fantasier uthuler ens karakter og slår til mot grunnvollen i et lykkelig ekteskap. Enheten og tilliten i et ekteskap blir derved ødelagt." *Lys over Norge*, jan. 1995, s. 48.)

President Ezra Taft Benson, Kirkens 13. president, ga dette råd: "*Hvis du er gift, bør du unngå enhver form for flørt ...*Det som kan synes som uskyldig spøk og moro med det annet kjønn, kan lett føre til mer alvorlige forbindelser og til slutt utroskap. Følgende er et godt spørsmål å stille seg: 'Ville min ektefelle være glad hvis han eller hun visste at jeg gjorde dette? Ville en hustru like at hennes mann spiser lunsj alene med sin sekretær? Ville en ektemann like å se sin hustru flørte og kokettere med andre menn? Mine kjære brødre og søstre, det var dette Paulus mente da han sa: 'Hold dere borte fra all slags ondt' (1. Tess. 5:22)." (*Lys over Norge*, okt. 1988, s. 39.)

Ektepar skulle strebe etter å ha en kjærlig ånd, Kristi rene kjærlighet.

- Les Johannes 13:34–35 og Efeserbrevet 5:25 sammen med deltakerne. Hva lærer disse versene oss om hvordan mann og hustru skulle behandle hverandre?

Påpek at selv om det fysiske forholdet mellom mann og hustru er viktig, er ikke det den viktigste siden ved deres kjærlighet. Gjengi følgende uttalelse av president Spencer W. Kimball:

"[Kjærligheten i et ekteskap] er dyp, inkluderende, omfattende. Den kan ikke sammenlignes med det verdslige forhold som feilaktig kalles kjærlighet, og som mest er fysisk tiltrekning. Når et ekteskap kun er basert på dette, blir partene snart trette av hverandre... Den kjærligheten som Herren taler om, er ikke bare en fysisk, men også en åndelig tiltrekning. Den omfatter tro og tillit til og forståelse for hverandre. Den innebærer et fullstendig parforhold. Den innebærer et partnerforhold med felles idealer og normer. Den omfatter uselviskheter og offer i forholdet til hverandre. Den omfatter renhet i tanke og handling og tro på Gud og hans program. Den omfatter foreldreansvar på jorden, alltid med blikket vendt mot Gud, skapelse og det å bli foreldre til ånder. Den er uoverskuelig, altomfattende og uten grenser. En slik kjærlighet går aldri trett eller svekkes. Den lever videre gjennom sykdom og sorg, i velstand og fattigdom, i gode dager og i skuffelser, gjennom tid og evighet." (*Faith Precedes the Miracle* [1972], s. 130–31.)

Forklar at den kjærligheten president Kimball talte om, er nestekjærlighet, Kristi rene kjærlighet. Les Moroni 7:45–48 sammen med deltakerne. Be deltakerne om å finne egenskaper ved kjærligheten etter hvert som de leser. Skriv disse egenskapene på tavlen som vist nedenfor:

Kjærlighet:

Er langmodig.
Er vennlig.
Misunner ikke.
Hoverer ikke.
Søker ikke sitt eget.
Blir ikke lett forbitret.
Tenker ikke ondt.
Gleder seg ikke over urettferdighet, men gleder seg over sannheten.
Utholder alt.
Tror alt.
Håper alt.
Tåler alt.
Svikter aldri.
Er det største av alt.
Er Kristi rene kjærlighet.
Varer evig.

Påpek at bortsett fra beslutningen om å elske vår himmelske Fader og Jesus Kristus og komme til dem, er beslutningen om ekteskap—spesielt evig ekteskap—den viktigste beslutning vi noen gang vil ta. Mann og hustru må stadig arbeide med det å ha kjærlighet til hverandre.

For å hjelpe deltakerne med å anvende dette prinsippet henleder du deres oppmerksomhet på de egenskapene ved kjærlighet som du har skrevet på tavlen. Oppfordre dem til å drøfte hvordan de enkelte egenskapene, som f.eks. "søker ikke sitt eget" eller "svikter aldri", kan uttrykkes i ekteskapsforholdet. Be dem fortelle eksempler de har sett på noen av disse egenskapene.

Konklusjon

Påpek at mann og hustru må gi næring til sin kjærlighet og sitt vennskap. De trenger å holde kjærligheten levende ved å fortsette å gjøre de små tingene som viser hengivenhet og vennlighet. De må være følsomme for hverandres åndelige, fysiske og følelsesmessige behov samtidig som de deler livets gleder og belastninger. De må ta en beslutning om aldri å gjøre noe som kan ødelegge den kjærligheten som er så vesentlig i et ekteskap. Og de skulle "be til Faderen med all hjertets iver om å bli fylt med [kjærlighet]" (Moroni 7:48). Når ektefellene fortsetter å føle seg fullstendig forpliktet overfor hverandre, vil deres kjærlighet tilta med årene. De vil oppdage at de utvikler den slags kjærlighet som er virkelig Kristus-lignende.

Slå opp på s. 12–15 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å repetere de læresetninger og prinsipper som er omtalt i denne leksjonen, ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Enhet i ekteskapet" av president Spencer W. Kimball. Understrek at ektepar kan dra store fordeler av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

HVORDAN TAKLE UTFORDRINGER I EKTESKAPET

Formål Å lære deltakerne at mann og hustru må samarbeide for å kunne møte utfordringer, og at de kan velge å reagere med tålmodighet og kjærlighet fremfor frustrasjon eller sinne.

Forberedelse

1. Gjennomgå prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX—X) i dette heftet). Se etter måter å anvende disse prinsippene på mens du forbereder undervisningen.
2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Ha disse i tankene gjennom uken som en del av forberedelsen, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov.
3. Studer skriftstedene på s. 19 så du kan være rede til å lede en diskusjon om disse.
4. Hvis *Idébok for familiens hjemmeaften* (31106 170) er tilgjengelig, kan du lese "Å løse konflikter i ekteskapet", s. 271–72. Overvei å henvisе til denne artikkelen i løpet av undervisningen.

Forslag til gjennomgåelse

Alle ektepar vil oppleve utfordringer.

Fortell denne historien som eldste Bruce C. Hafen i De sytti har fortalt:

"En brud sukket lykkelig på bryllupsdagen: 'Mor, dette er enden på alle problemene mine!' 'Ja,' svarte moren, 'men hvilken ende?' (*Lys over Norge*, jan. 1997, s. 25.)

- Hvilke problemer eller vanskeligheter kan et ektepar få? (Overvei å skrive deltakernes svar på tavlen. Svarene kan omfatte de som er nevnt nedenfor.)

<ul style="list-style-type: none"> a. Uenighet b. Egoisme c. Sårede følelser d. Dårlig helse e. Barnløshet f. Alderdom g. Funksjonshemmede familiemedlemmer 	<ul style="list-style-type: none"> h. Det å finne noe meningsfylt å gjøre når alle barna har flyttet hjemmefra i. Kjære som dør j. Økonomiske problemer k. Barn som kommer på avveier l. Naturkatastrofer
--	--

Påpek at noen utfordringer skyldes vanskeligheter i ekteskapet. Andre kommer som en del av livet.

Mann og hustru kan arbeide seg gjennom enhver utfordring hvis de betrakter ekteskapet som et paktsforhold.

Forklar at ektepar vil reagere forskjellig på utfordringer avhengig av hvordan de betrakter sitt ekteskapsforhold. Skriv ordene *kontrakt* og *pakt* på tavlen.

Forklar at en kontrakt er en skriftlig avtale mellom to mennesker eller flere. Den er bindende etter landets lov. En pakt er lik en kontrakt, men mer langtrekkende. Ordet *pakt* betegner noen ganger en avtale mellom personer, men i evangeliets sammenheng er en pakt det samme som en avtale mellom oss og Herren. I en pakt er det Herren som fastsetter betingelsene, og vi lover å overholde dem. Når vi holder våre løfter, er Herren bundet til å oppfylle sine løfter (se L&p 82:10).

Påpek at mange i dagens samfunn ikke betrakter ekteskapet som annet enn en kontraktinngåelse. Be deltakerne tenke over følgende spørsmål uten å svare høyt:

- Hva kunne mann og hustru gjøre når det blir vanskeligheter i ekteskapet og de anser ekteskapet som et kontraktforhold? Hva vil de gjøre hvis de betrakter forholdet som et paktsforhold?

Eldste Bruce C. Hafen i De sytti sa: "Når problemene kommer, søker partene i et *kontraktsekteskap* lykken ved å gå sin vei. De gifter seg for å få fordeler, og blir i ekteskapet så lenge de får det de var ute etter. Men når problemene kommer i et *paktsekteskap*, arbeider mannen og hustruen seg gjennom dem... En *kontraktspartner* gir 50 %, en *paktspartner* gir 100 %. Ekteskapet er i seg selv en pakt, ikke bare en privat kontrakt som man kan annullere etter eget forgodtbefinnende." (*Lys over Norge*, jan. 1997, s. 25.)

Når det kommer utfordringer, kan vi velge å reagere med tålmodighet og kjærlighet fremfor frustrasjon eller sinne.

Understrek at selv om mann og hustru ikke kan unngå å få noen utfordringer, kan de velge hvordan de vil reagere på utfordringer. Eldste Lynn G. Robbins i De sytti forklarte: "Ingen gjør oss rasende. Andre gjør oss ikke sinte. Det er ikke noe maktbruk her. Å bli sint er et bevisst valg, en avgjørelse, derfor kan vi velge ikke å bli sint. Vi velger!" (*Lys over Norge*, juli 1998, s. 81.)

Fremhev at vår himmelske Fader har gitt oss handlefrihet—evnen til å velge og handle selvstendig. Vi kan bruke handlefriheten til å velge å være tålmodig og kjærlig når utfordringene kommer.

La deltakerne etter tur lese følgende skriftsteder høyt. Oppfordre dem mens de leser til å drøfte hvordan skriftstedene kan brukes på mann og hustru når de står overfor utfordringer i ekteskapet og hverdagen.

Mosiah 18:21

1. Joh. 4:18

1. Pet. 4:8

Joh. 13:34–35

Joh. 16:33

2. Ne. 31:20

L&p 24:8

Alma 38:12

3. Ne. 11:29–30

Jak. brev 1:19–20

Mosiah 3:19

- Hva kan vi gjøre når vi merker at vi begynner å bli frustrert eller sint, for å overvinne disse følelsene? (Svarene kan omfatte de som er oppført nedenfor.)
 - a. Fjerne oss fra situasjonen inntil vi har roet oss.
 - b. Be om hjelp og veiledning.
 - c. Hvis det gjelder en uoverensstemmelse, ta oss tid til å overveie den andre personens motiver og følelser.
 - d. Søke hjelp hos Kirkens lokale ledere og, om nødvendig, profesjonelle rådgivere som har et syn og en praksis som er sammenfallende med Kirkens læresetninger.

For å illustrere at mann og hustru kan velge hvordan de vil reagere på utfordringer, kan du lese følgende historie. Forklar at den er et eksempel på små, dagligdagse utfordringer som kan oppstå i et ekteskap.

”Det var en av de dagene da alt gikk på tverke. Uansett hva hun gjorde den dagen, klarte ikke Marit å imøtekomme alt familien krevde av henne. Naboen, som til og med hadde flere barn enn henne, var alltid så munter at Marit begynte å tvile på sine egne evner som kvinne, hustru og mor.

Bjørn var mer sulten enn han pleide på hjemveien. Det hadde blitt nødvendig å kjøre 13 mil ekstra for å få levert noe landbruksutstyr, men nå var han sliten. Han gledet seg til å komme hjem. Fred, mat, hvile.

Marit hørte Bjørns bil i oppkjørselen og kikket på klokken. Å nei! Nesten 19? Hva nå? Hun hadde ønsket å ha middagen ferdig, men...

Hun hørte ham i døren idet hun skyndte seg å legge det siste rundstykket på stekebrettet.

Bjørn strente inn, kikket rundt hjørnet og smilte til Marit. Hun virket ansent, og han så det tomme bordet. Han tidde og trakk pusten dypt inn.”

Spør deltakerne:

- Hvis Bjørn nå bare har tanke for seg selv, hva vil da skje?
- Hvis Bjørn har tanke for sin kone, hvordan ville han da reagere?

Etter at dere har diskutert spørsmålene, leser du videre:

”Bjørn pustet ut, smilte til Marit og sa: ’Det later til at jeg kom i rett tid til å hjelpe til.’ Anspenheten gled av henne. Lettet kysset hun ham og sa: ’Det er godt å ha deg hjemme, Bjørn. Du har hatt en lang dag, og jeg ville ha middag ferdig til deg!’ Hun gjorde en håndbevegelse mot det tomme bordet.

’Vi gjør den ferdig sammen,’ sa han og la armen rundt henne. Så begynte de å fortelle hva de hadde hatt av utfordringer gjennom dagen. Mens Bjørn dekket bordet, satte Marit rundstykkene i ovnen og fortalte hvor stresset hun hadde følt seg hele dagen—alt hadde syntes nesten uoverkommelig. Bjørn glemte hvor sulten han var og tenkte på hvordan han kunne gjøre dagene lettere for henne.”
(Se *Idébok for familiens hjemmeaften* [1983], s. 271—72, avsnitt er forandret.)

Konklusjon

Henvis til s. 16–17 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Handlefrihet og sinne" av eldste Lynn G. Robbins. Påpek at ektepar kan dra stor nytte av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

Ytterligere kildemateriale

Overgrep mot ektefellen, en krenkelse mot Gud

Påpek at når mann og hustru er sinte eller frustrerte, hender det at de reagerer med overgrep og blir destruktive. Ektefeller skulle aldri begå overgrep mot hverandre på noen måte. Overgrep bryter med Guds bud og sterke erklæringer fra Kirkens ledere. President George Albert Smith, Kirkens 8. president, erklærte: Ingen har begått overgrep mot noen som helst når de har vært i besittelse av Herrens ånd. Det har alltid skjedd når vi har hatt en annen ånd." (I CR, okt. 1950, s. 8.)

Forklar i korte trekk følgende:

Overgrep mot ektefellen kan skje følelsesmessig, fysisk eller seksuelt.

Følelsesmessig overgrep er kjefting, banning, sårende eller nedverdiggende bemerkninger, diktatorisk adferd, ydmykelse i barnas eller andres påhør, unnlate å støtte eller gi kjærtegn som straff, og ignorere eller bagatellisere ektefellens følelser.

Fysiske overgrep er å dytte, holde igjen, riste, slå, fike, tvinge og å holde tilbake midler.

Seksuelt overgrep kan være enten følelsesmessig eller fysisk. I det inngår seksuell trakassering, å påføre smerte, bruke makt eller skremsel, eller å vedvare å gjøre ting under intimitet som er ubehagelig eller motbydelig for den andre.

Forklar at hvis deltakerne har andre spørsmål om hva som kommer inn under overgrep, skulle de søke råd hos biskopen.

Gjengi følgende uttalelse av president Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president. Understrek at selv om president Hinckley ga denne advarselen med henblikk på menn som begår overgrep mot sin hustru, gjelder den også kvinner. Be deltakerne om i stillhet å vurdere sin egen oppførsel mens de lytter til denne rettleddningen:

"Noen [menn] bærer en from maske utad om dagen, og når de kommer hjem om kvelden, legger de av seg selvkontrollen, og den minste utfordring får dem til å fly i flint.

Ingen mann som innlater seg på en slik ugudelig og upassende oppførsel, er verdig å ha Guds prestedømme. Ingen mann som oppfører seg slik, er verdig til privilegiene i Herrens hus. Det er beklagelig at det finnes menn som ikke fortjener sin hustrus og sine barns kjærlighet. Det finnes barn som frykter sin far, og hus-

truer som frykter sin mann. Hvis det finnes slike menn innen rekkevidde av min stemme, irettesetter jeg dere i egenskap av Herrens tjener og kaller dere til omvendelse. Disipliner dere. Få bukt med deres temperament. Det meste av det som gjør dere sinte, er uvesentlige ting. Og hvilken fryktelig pris dere betaler for deres sinne! Be Herren om tilgivelse. Be deres hustru om tilgivelse. Be deres barn om unnskyldning." (*Lys over Norge*, jan. 1997, s. 65.)

Forklar at noen utvikler sider av overgrepssadferd uten å vite det. Andre erkjenner at de må forandre sin oppførsel, men føler at de ikke kan klare det uten hjelp.

De som ønsker å få hjelp til å forstå og forandre sin adferd, kan forandre seg hvis de i ydmykhet søker Herrens hjelp og veiledning. De kan henvende seg til biskopen, som vil kunne gi dem rettledning. Han kan også anbefale rådgivere som yter hjelp i samsvar med Kirkens normer.

- På hvilke måter kan overgrep mot ektefellen påvirke ekteparets barn?

I tillegg til å be om svar fra deltakerne, påpeker du at overgrep mot ektefellen etterlater et varig inntrykk av at man prøver å løse vanskeligheter på en destruktiv måte. Folk som har vært vitne til overgrep som barn, mishandler ofte andre og viderefører dette mønsteret når de selv gifter seg.

- Hvordan påvirkes barn når de ser foreldrene løse vanskeligheter med vennlighet og tålmodighet?

Forklar at mødre og fedre som opptre kjærlig og modent når de møter utfordringer, lærer sine barn gode vaner for livet. Mens biskop Robert D. Hales var Kirkens presiderende biskop, sa han: Det hjelper barn å se at gode foreldre kan ha forskjellig syn på saker og ting, og at slike uoverensstemmelser kan løses uten å slå, kjeft eller kaste ting. De trenger å se og føle rolig kommunikasjon med respekt for den annens synspunkter, slik at de selv kan løse uoverensstemmelser i sitt eget liv." (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 9.)

VI KAN TAKLE UTFORDRINGER MED POSITIV KOMMUNIKASJON

LEKSJON

5

Formål Å lære deltakerne hvordan de kan forebygge og løse vanskeligheter i ekteskapet ved hjelp av kjærlig kommunikasjon.

Forberedelse

1. Når du forbereder deg til å undervise, så se etter måter å følge prinsippene på som står oppført under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken).
2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Tenk over som en del av forberedelsen hvordan du kan hjelpe deltakerne å anvende disse læresetningene og prinsippene. Søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle legge vekt på for å dekke deltakernes behov.

Forslag til gjennomgåelse

Alle ektepar vil ha noen uoverensstemmelser.

Be deltakerne lese følgende uttalelse av eldste Joe J. Christensen i De sytti (s. 20 i deltakernes hefte).

"Det hender vi hører noe i likhet med dette: 'Vi har vært gift i femti år, og vi har aldri vært uenige.' Hvis det faktisk er tilfelle, da er enten den ene ektefellen fullstendig dominert av den andre, eller så er vedkommende "fremmed for sannheten", slik noen har sagt det. Hos alle intelligente par vil det være meningsforskjeller. Vår utfordring er å forsikre oss om at vi vet hvordan vi kan finne en løsning på dem. Det er en del av prosessen med å gjøre et godt ekteskap bedre." (*Lys over Norge*, juli 1995, s. 66.)

Forklar at disse leksjonene behandler spesielle prinsipper som kan hjelpe mann og hustru å forebygge og løse vanskeligheter i forholdet.

Mann og hustru skulle se etter de beundringsverdige egenskapene hos hverandre.

Påpek at når mann og hustru ser etter de beundringsverdige egenskapene hos hverandre, vil de være bedre i stand til å forebygge vanskeligheter. De vil også være i stand til å samarbeide når det gjelder å løse vanskeligheter som oppstår. Fortell følgende historie:

En kvinne gikk gjentatte ganger til biskopen for å klage på mannen sin. Til slutt spurte biskopen: "Hvorfor giftet du deg med denne mannen som du synes er så ufølsom og intolerant?" Hun tenkte seg om et øyeblikk og sa: "Han hadde nok noen gode egenskaper, men jeg kan ikke komme på noen av dem. Han må ha forandret seg." Biskopen ba henne gå hjem og be om at hennes hjerte måtte bli mottagelig for å begynne å huske de egenskapene hun en gang hadde beundret hos mannen sin. Hun oppdaget med tid og stunder at hun kunne erkjenne at mannen hadde gode egenskaper, og hun klarte å fokusere på dem. Tidligere

hadde hun vært så oppslukt av å se feilene hans at hun hadde unngått å se hans gode egenskaper.

- På hvilken måte har du funnet det verdifullt å se etter de beundringsverdige egenskapene hos andre mennesker? Hvordan kan det å se etter beundringsverdige egenskaper hos hverandre bidra til å styrke ekteskapet?

Minn deltakerne på at selv om hvert menneske er unikt, er vi alle Guds barn. Be en av deltakerne lese følgende uttalelse fra "Familien—En erklæring til verden" (s. VIII i dette heftet og s. IV i deltakernes hefte):

"Alle mennesker—menn og kvinner—er skapt i Guds bilde. Hver især er en elsket ånd, sønn eller datter av himmelske foreldre, og har som sådan en guddommelig natur og et guddommelig potensial."

- Hvordan kan det å huske denne sannheten hjelpe mann og hustru når de prøver å forstå hverandre?

Forklar at når mann og hustru går inn for å se det som er vakkert og guddommelig hos hverandre, vil de i større grad finne glede i å være sammen og være bedre istand til å hjelpe hverandre med å oppfylle sine guddommelige muligheter.

Da eldste Gordon B. Hinckley virket i De tolv apostlers quorum, talte han om "den respekten man føler når man betrakter sin livsledsager som sin mest dyrebare venn på jorden". Han sa: "Ekteskapsforholdet har en tendens til å bli hverdagslig og til og med kjedelig. Jeg vet ikke om noen sikrere måte å holde det på et høyt og inspirerende plan på enn at mannen nå og da tenker over det faktum at den medhjelp som står ved hans side, er en Guds datter, at hun medvirker i Guds store skaperprosess når det gjelder å tilveiebringe hans evige hensikter. Jeg vet ikke om noen sikrere måte for en kvinne å holde sin kjærlighet til ektemannen levende på enn å se etter og fremheve de gode egenskapene som enhver av vår Faders sønner har, og som kan hentes frem så sant det finnes respekt, beundring og oppmuntring. Selve den prosessen som består i å utføre slike handlinger, vil føre til at man stadig viser stor takknemlighet for hverandre." (*Ensign*, juni 1971, s. 71–72.)

Positiv kommunikasjon bidrar til å forebygge og løse vanskeligheter.

Forklar at i tillegg til å anerkjenne hverandres beundringsverdige egenskaper, skulle mann og hustru legge vekt på å ha god kommunikasjon seg i mellom. Kommunikasjon er helt avgjørende for å bygge opp kjærlighet og enhet og for å løse vanskeligheter som måtte oppstå.

Skriv følgende prinsipper på tavlen:

Lytte til hverandre.
Drøfte utfordringer åpent og rolig.
Snakke kjærlig og positivt.

Forklar at disse prinsippene kan hjelpe ektepar å forbedre kommunikasjonen. Bruk følgende materiale som grunnlag for en diskusjon om disse prinsippene:

Lytt til hverandre.

Gjengi dette rådet fra eldste Russell M. Nelson i De tolv apostlers quorum:

"Menn og hustruer, lær å lytte, og lytt for å lære av hverandre... Det er svært viktig å ta seg tid til å snakke sammen hvis man skal holde kommunikasjonslinjene åpne. Hvis ekteskapet er et av livets viktigste forhold, fortjener det beste sendetid! Likevel hender det ofte at mindre viktige saker får prioritet, så det bare blir noen tilfeldige øyeblikk igjen til ektefellene å høre på sin dyrebare partner." (*Lys over Norge*, juli 1991, s. 22–23.)

- Hvilke fordeler har mann og hustru av å lytte nøye og kjærlig til hverandre? (Svarene kan omfatte de nedenstående.)
 - a. De lærer mer om hverandres sanne følelser og motiver.
 - b. De prøver å forstå før de dømmer eller kommer med råd.
 - c. Begge vil sannsynligvis føle seg verdsatt og elsket.
 - d. Det er mindre sannsynlig at de blir defensive og mer sannsynlig at de vil være åpne mot hverandre.
- Hva kan hindre at ektepar virkelig lytter til hverandre? (Svaret kan være at man har det travelt, at man ikke tar seg tid til å høre etter, og at man ikke er interessert i hverandres ansvarsoppgaver.)
- Hva kan ekteskapspartnere gjøre for å bli flinkere til å lytte? (I tillegg til å be deltakerne komme med forslag kan du overveie å fremsette de nedenstående.)
 - a. Ta seg tid til å snakke sammen. Eliminere alt som forstyrrer, gi hverandre full oppmerksomhet.
 - b. Lytte for å forstå. Ikke avbryte den som snakker. Om nødvendig stille spørsmål som "Kan du fortelle meg mer om det?" eller "Hva følte du da det skjedde?" eller "Jeg tror ikke jeg helt forstår. Sier du at...?"
 - c. Unngå å bli sint eller fornærmet. Husk at i mange tilfeller kan mer enn én oppfatning være riktig.

Diskutere utfordringer åpent og rolig.

- Hvorfor er det viktig at ektefeller snakker åpent med hverandre om utfordringer de har i ekteskapet?

Påpek at diskusjoner om utfordringer skulle føres på en respektfull måte, uten høyrøstet argumentasjon eller strid. Mens eldste Gordon B. Hinckley virket i De tolv apostlers quorum, lærte han oss følgende:

”Vi kommer sjelden i vanskeligheter når vi snakker mildt. Det er når vi hever stemmen at gnistene flyr og små tuer kan velte store lass... Himmelenes røst er en stille, lav røst, og den røst som tilhører hjemmets fred, er en stillferdig røst.”
(*Ensign*, juni 1971, s. 72.)

President David O. McKay sa det slik: ”Mann og hustru skulle aldri heve stemmen mot hverandre, ’med mindre det er brann’.” (*Stepping Stones to an Abundant Life*, red. Llewelyn R. McKay [1971], s. 294.)

Snakke kjærlig og positivt.

- Hvordan påvirker uttrykk for verdsettelse, støtte og hengivenhet et ekteskap? Hvilken virkning har negativitet—for eksempel kritikk, kjefting og stadig å finne feil— på ekteskapet?

La deltakerne lese følgende rettleiding fra eldste Joe J. Christensen (s. 19 i deltakernes hefte):

”Unngå ’ustanselige nålestikk’. Vær ikke for kritisk overfor den andres feil. Anerkjenn at ingen av oss er fullkommen. Vi har alle en lang vei å gå for å bli så Kristus-lik som våre ledere har henstilt til oss å bli.

’Ustanselige nålestikk’, som president Kimball kalte det, kan ta luften ut av ethvert ekteskap... Generelt sett er vi alle smertelig klar over våre svakheter, og vi trenger ikke å bli konstant påminnet om dem. Det er svært få som noen gang har forandret seg til det bedre som følge av konstant kritikk og mas. Hvis vi ikke er forsiktige, vil noe av det vi ønsker skal være *konstruktiv* kritikk, faktisk bli *destruktiv*. (Lys over Norge, juli 1995, s. 65.)

- Hva kan skje som følge av stadige beklagelser og kritikk?
- En form for kritisering er uvanen å sammenligne en persons svakheter med en annens styrke. Hva kan dette gjøre med ekteskapet?
- Hvilken erfaring har du hatt som viser det verdifulle i å gi komplimenter og oppmuntre istedenfor stadig å kritisere? Hvordan kan positive uttalelser styrke et ekteskap?

En kvinne forklarte at hennes mann ofte roser henne for hennes talenter som hustru og husmor, ikke bare når de er hjemme, men også når de er sammen med venner. Han nevner aldri hennes svakheter. I stedet velger han å rette søkelyset mot hennes sterke sider. Hun sa at hans bemerkninger gir henne håp og motivasjon til å gjøre det enda bedre.

Konklusjon

Gjengi dette rådet fra eldste Marvin J. Ashton i De tolv apostlers quorum:

"I familiediskusjoner skulle ikke meningsforskjeller forbigås, men rolig veies og vurderes. Vårt syn eller vår oppfatning er som regel ikke like viktig som et sunt, varig forhold. Høflighet og respekt når det gjelder å lytte og svare under en diskusjon, er helt grunnleggende i en riktig dialog ... Det er så viktig å vite hvordan man kan være uenig i hverandres synspunkter uten å bli ubehagelig." (*Ensign*, mai 1976, s. 52.)

Repetér kort de prinsippene dere har drøftet. Oppfordre deltakerne til å anvende dem. Bær ditt vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelser.

Henvis til s. 17–19 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Ekteskap og den store plan for lykke" av eldste Joe J. Christensen. Fremhev at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

TRO OG BØNN GIR STYRKE TIL EKTESKAPET

Formål	Å hjelpe deltakerne å forstå og arbeide for å motta de velsignelser som følger når ektepar utøver tro på Jesus Kristus og ber sammen.
Forberedelse	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gjennomgå prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken). Se etter måter å anvende disse prinsippene på i din forberedelse til å undervise. 2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Ha disse i tankene gjennom uken som en del av forberedelsen, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov.

Forslag til gjennomgåelse

Mann og hustru skulle samarbeide for å få større tro på Jesus Kristus.

Fortell følgende historie som ble fortalt av president James E. Faust i Det første presidentskap:

"Eldste Orin Voorheis ... er en stor, kjekk og flott ung mann som virket i Argentina Buenos Aires syd misjon. En kveld, omkring 11 måneder inn i hans misjonstid, antastet noen bevæpnede ranere eldste Voorheis og hans ledsager. I en meningsløs voldshandling skjøt en av dem eldste Voorheis i hodet...

Eldste Voorheis er fremdeles nesten fullstendig lammet og kan ikke snakke, men han har en fin ånd og kan svare på spørsmål med håndbevegelser. Han bærer fortsatt misjonærskiltet på seg. Hans foreldre spør ikke: 'Hvorfor skjedde dette vår gode sønn, som virket etter å ha blitt kalt av Herren?' Ingen har noe sikkert svar, kanskje med unntak av at det finnes en høyere hensikt med det. Vi må vandre i tro." (*Liahona*, jan. 2000, s. 70–71.)

Les Hebr. 11:1 og Alma 32:21 sammen med deltakerne. Påpek at Joseph Smiths oversettelse av Hebr. 11:1 sier at "tro er *forvissning* om det som håpes".

- Hva er definisjonen av tro, ifølge disse versene?
- I hvilke situasjoner kan det være nødvendig for et ektepar å "vandre i tro", som president Faust sa?

Overvei å be deltakerne om å gi eksempler på dette fra sitt eget liv. Svarene kan omfatte dårlig helse, barnløshet, alderdom, funksjonshemmede barn, at kjære dør, økonomiske problemer, barn som går på avveier, og naturkatastrofer. Påpek at vi kan møte utfordringer selv når vi strever for å leve rettferdig.

Les Moroni 7:32–33 sammen med deltakerne. Fremhev at vår tro må være sentrert i Jesus Kristus. Eldste Richard G. Scott i De tolv apostlers quorum forklarte at når vi utøver tro på Jesus Kristus, får vi styrke til å møte utfordringer:

"Herren vil lindre med guddommelig kraft når du søker utfrielse i ydmykhet og tro på Jesus Kristus... Ingen kan hjelpe deg uten tro og anstrengelse fra din side. Din personlige vekst krever det. Se ikke etter et liv som praktisk talt er fritt for ubehag, smerter, belastninger, utfordringer eller sorg, for dette er virkemidlene en kjærlig Fader benytter for å stimulere vår personlige vekst og forståelse. Som Skriften gjentagne ganger bekrefter, vil du få hjelp når du utøver tro på Jesus Kristus. En slik tro viser man ved å være villig til å stole på de løfter Han har gitt gjennom sine profeter og i Skriften." (*Lys over Norge*, juli 1994, s. 8.)

Påpek at mann og hustru må samarbeide for å gjøre Frelseren til midtpunkt i sitt liv. Eldste Jeffrey R. Holland i De tolv apostlers quorum har sagt:

"Ønsker du evne, trygghet og sikkerhet ... i ditt ekteskap og i evigheten? Vær en sann Jesu disippel. Vær en gjennomført, trofast siste-dagers-hellig i ord og gjerning. Tro at din tro har *alt* å si for deg og din kjæreste, for det har den ... Jesus Kristus, verdens Lys, er den eneste lampe hvormed du klart kan se den veien som fører til kjærlighet og lykke for deg og for din kjæreste." ("*How Do I Love Thee?*" [tale ved en andakt på BYU 15. feb. 2000], s. 6.)

- Hvordan kan større tro på Frelseren hjelpe et ektepar å styrke forholdet seg i mellom? (Svarene kan omfatte de som følger nedenfor.)
 - a. De blir mer Kristus-lignende i måten de behandler hverandre på. De kan bli kjærligere, mer hjelpsomme, vennlige, tålmodige og villige til å lytte til hverandre.
 - b. De blir mer ydmyke og villige til å omvende seg og følge Frelserens læresetninger. Jo mer villig hver av ektefellene er til å omvende seg og bli som Frelseren, jo mer harmonisk vil ekteskapet bli.
- På hvilke måter kan et ektepar samarbeide for å få større tro på Frelseren? (Oppfordre deltakerne til å fortelle om erfaringer som har styrket deres tro på Frelseren. I tillegg til å be om deltakernes svar kan du overveie å gi dem del i prinsippene som følger nedenfor.)
 - a. Etterleve evangeliets lover og ordinanser. (Gjengi følgende uttalelse av biskop Robert D. Hales mens han var Kirkens presiderende biskop: "Lydighet mot evangeliets lover og ordinanser er avgjørende for å oppnå tro på den Herre Jesus Kristus" [*Lys over Norge*, juli 1990, s. 35].)
 - b. Studere Skriften sammen. (Les Hel. 15:7–8 sammen med deltakerne.)
 - c. Stole på Herren. (Les Ordspr. 3:5–6 sammen med deltakerne. Påpek at når et ektepar møter utfordringer, kan de beslutte å søke Herrens hjelp med større inderlighet og derved gjøre sin tro til en mer integrert del av hverdagen.)

Mann og hustru blir velsignet når de ber sammen.

- Hvilke velsignelser kan komme når mann og hustru regelmessig kneler ned i bønn sammen? (Oppmuntre deltakerne til å fortelle om erfaringer som på passende måte har en relasjon til dette spørsmålet. I tillegg leser du følgende spørsmål og ett eller begge eksemplene.)

Mens eldste Gordon B. Hinckley virket i De tolv apostlers quorum, ga han følgende rettleddning:

"Jeg kjenner ikke til noen enkelt praksis som vil gjøre oss bedre enn det å knele ned sammen ved hver dags begynnelse og slutt. På et eller annet vis

løser de små stormene seg opp som synes å oppstå i alle ekteskap, når vi kne-
ler ned for Herren og takker ham for at vi har hverandre, i nærvær av hveran-
dre, og deretter nedkaller velsignelser over oss, vårt hjem, våre kjære og våre
drømmer.

Gud vil da bli vår partner, og våre daglige samtaler med ham vil bringe en
fred til våre hjerter og en glede til vårt liv som ikke kan komme fra noen
annen kilde. Vårt forhold vil bli bedre med årene, vår kjærlighet vil bli styrket.
Vi vil føle større verdsettelse for hverandre." (*Ensign*, juni 1971, s. 72.)

En mann sa at hans hustrus bønner ansporet ham til å bli en bedre ektemann
og far. Når han kneler ved sin hustrus side i bønn og holder henne i hånden,
lytter han til hvordan hun bønnfaller Herren om det som opptar henne. Han
får større kjærlighet til henne fordi han vet at hennes hjerte er rent og hennes
motiver ekte. Han vet at når hun taler til vår himmelske Fader, har hun ikke
annet ønske enn å tjene ham i rettferdighet.

I en annen familie var mannen langvarig funksjonshemmet. Hver kveld før
han og hans hustru gikk til sengs, takket de sin himmelske Fader for sine vel-
signelser og søkte hans veiledning om hvordan de kunne forsørge sine barn
på en knapp inntekt. Mange år senere, da mannen kunne gå tilbake til arbei-
det, ble de spurt hvordan de hadde kunnet klare seg i den vanskelige tiden. De
fortalte at de hadde klart det fordi de hadde samarbeidet og bedt sammen.
Deres oppriktige bønner var blitt besvart med mange velsignelser og også med
håp gjennom Åndens trøstende innflytelse.

- Hvordan kan det å holde bønn sammen hjelpe mann og hustru å løse vanske-
ligheter i ekteskapet? (Når deltakerne drøfter dette spørsmålet, påpeker du at
når mann og hustru opplever stridigheter seg imellom, slutter de noen ganger
også å be sammen. Men å be sammen er et mektig hjelpemiddel til å over-
vinne slike utfordringer.

President Thomas S. Monson i Det første presidentskap fortalte om den dagen
han og hans hustru, Frances, ble beseglet i Salt Lake tempel. Benjamin
Bowring, som beseglet dem, ga dem dette rådet: "Kan jeg få gi dere nygifte en
oppskrift som vil sikre at eventuelle uoverensstemmelser dere måtte ha, ikke
vil vare lenger enn én dag? Knel ned sammen hver kveld ved sengekanten. En
kveld, bror Monson, holder du bønnen, høyt, på bøyde knær. Neste kveld hol-
der du, søster Monson, bønnen, høyt, på bøyde knær. Jeg kan forsikre dere
om at en hvilken som helst misforståelse som oppstår gjennom dagen, vil for-
svinne mens dere ber. Dere kan ganske enkelt ikke be sammen og få annet
enn de beste følelser for hverandre." (*Lys over Norge*, jan. 1989, s. 59.)

Eldste David B. Haight i De tolv apostlers quorum har sagt: "Hvis dere som
mann og hustru har alvorlige misforståelser, eller hvis dere føler at forholdet
begynner å bli anstrengt, bør dere ydmykt knele ned sammen og be til Gud
vår Fader med oppriktig hjerte og hensikt om at det mørke som knuger for-
holdet deres, må løftes, at dere må motta det tiltrenge lys, se deres feil,
omvende dere fra det gale, tilgi hverandre og ta imot hverandre slik dere gjor-
de i begynnelsen. Jeg gir dere høytidelig forsikring om at Gud virkelig lever og
at han vil besvare våre ydmyke bønner." (*Lys over Norge*, okt. 1984, s. 22.)

Be deltakere som er gift, om i stillhet å overveie hva de gjør for å be sammen med sin ektefelle. Understrek at i et hjem med bare mor eller far, bringer inderlig personlig bønn Guds velsignelser inn i hjemmet.

Konklusjon

Fremhev at når mann og hustru arbeider sammen om å utøve tro på Jesus Kristus og å be, vil de oppleve større lykke og enhet og evne til å møte utfordringer.

Bær vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelse om de sannheter dere har drøftet i denne leksjonen.

Henvis til s. 20–23 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Finn glede i livet", av Richard G. Scott. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

Minn deltakerne på å ta med seg studieheftet til klassen neste gang.

Formål	Å hjelpe deltakerne å oppleve den fred som blir dem til del som tilgir hverandre, og å oppmuntre deltakerne til å gi næring til tilgivelsens ånd i sitt hjem.
---------------	---

Forberedelse	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gjennomgå prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken). Se etter måter å anvende disse prinsippene på i din forberedelse til å undervise. 2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Ha disse i tankene gjennom uken som en del av forberedelsen, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov. 3. Minn deltakerne på å ta med seg studieveiledningen til klassen. Det vil være en fordel om de kan slå opp i den under leksjonen. <p><i>Merk:</i> Når du underviser i denne leksjonen, så vær spesielt følsom for den enkelte deltakers situasjon. Hvis deltakerne stiller spørsmål om det å be om tilgivelse og tilgi i alvorlige familieforhold som overgrep eller utroskap, skulle du vennlig oppmuntre dem til å snakke med biskopen på tomannshånd.</p>
---------------------	---

Forlag til gjennomføring	<p>En tilgivende holdning mellom mann og hustru bidrar til fred og til at man føler tillit og trygghet.</p> <p>Les denne historien som ble fortalt av eldste Hugh W. Pinnock i De sytti:</p> <p>"Et ektepar ... giftet seg nokså sent i livet. Hustruen hadde vært gift før, men det var mannens første ekteskap. Etter flere måneders ekteskapelig lykke oppsto det en alvorlig uoverensstemmelse som gikk så inn på mannen at han ikke klarte å utføre sine daglige gjøremål.</p> <p>Mens han vaklet under virkningen av denne uoverensstemmelsen, prøvde han å analysere problemet, og forsto at i det minste noe av skylden var hans. Han gikk til sin kjære og stammet klosset flere ganger: 'Jeg er så lei for dette, kjære'. Hustruen brast i gråt og erkjente at hun hadde mye av skylden, og ba om tilgivelse. Da de holdt rundt hverandre, bekjente hun at hun aldri hadde bedt noen om tilgivelse før, og at hun nå visste at alle deres fremtidige problemer kunne løses. Hun følte seg trygg fordi hun visste at begge kunne si: 'Jeg er lei for det' og 'jeg tilgir deg'." ("Et vellykket ekteskap", <i>Lys over Norge</i>, feb. 1982, s. 14–21.)</p> <p>Sammenhold denne historien med president Gordon B. Hinckleys beskrivelse av et intervju han hadde med et ektepar som hadde vanskeligheter i ekteskapet (s. 25 i deltakernes hefte):</p> <p>"Jeg minnes at jeg satt lenge og hørte på et par som satt på den andre siden av skrivebordet mitt. Det hersket bitterhet mellom dem. Jeg vet at på et tidligere tidspunkt var deres kjærlighet dyp og oppriktig. Men de hadde begge lagt seg til</p>
---------------------------------	---

den vane å snakke om hverandres feil. De var ikke villige til å tilgi den slags feil vi alle gjør, og var uvillige til å glemme dem og vise overbærenhet. De hadde kritisert hverandre helt til den kjærlighet de en gang følte, hadde blitt kvalt. Den hadde blitt til aske ved begjæring om såkalt 'uten skyld'-skilsmisse. Nå finnes det bare ensomhet og gjensidige beskyldninger. Jeg føler meg overbevist om at hvis det bare hadde vært en liten grad av omvendelse og tilgivelse til stede, så ville de fremdeles ha vært sammen og gledet seg over det fellesskapet som hadde vært en så stor velsignelse noen år tidligere." ("Av eder fordres det at I skal tilgi", *Lys over Norge*, juni. 1991, s. 3–6.)

- Hva kan vi lære av disse to eksemplene?

Forklar at denne leksjonen handler om nødvendigheten av å be om tilgivelse og viktigheten av å tilgi hverandre. Understrek at ektepar kan overvinne mange utfordringer i forholdet hvis de bestreber seg på å ha en tilgivende holdning i sitt ekteskap. Hvis de gjør det, vil de erfare at president Gordon B. Hinckleys løfte til dem som tilgir hverandre, er sant: "Dere vil oppleve en fred i hjertet som ellers ikke ville vært mulig." (*Lys over Norge*, juni 1991, s. 5.)

Mann og hustru skulle be hverandre om tilgivelse for sine feil og gjøre oppriktig anstrengelse for å forbedre seg.

- Hvorfor er det viktig at mann og hustru sier: "Jeg er lei for det", og ber om tilgivelse for sine feil?
- Hvorfor er det noen ganger vanskelig å be om tilgivelse? (Svarene kan omfatte at selviskheter og stolthet hindrer oss, eller at vi noen ganger gir andre skylden for våre problemer.)
- Hvordan kan vi få styrke til å be noen om tilgivelse?

Fremhev at når vi ber om tilgivelse, er det viktig å gjøre oppriktig anstrengelse for å forandre oss og, om nødvendig, omvende oss fra våre synder. Det er ikke nok bare å si at vi er lei for det vi har gjort. Vi må arbeide med å bli verdig andres tilgivelse og også verdig til å bli tilgitt av Herren.

- Hva kan vi risikere ved å be om tilgivelse uten å gjøre noe for å forbedre oss?

Når du skal oppsummere denne delen av leksjonen, kan du overveie å fortelle den ene eller begge disse sanne historiene:

Etter å ha vært ute en kveld sammen med sin hustru og noen venner, la en mann merke til at hustruen var uvanlig stille. Han spurte om det var noe i veien, og hun forklarte at hun hadde følt seg flau og såret flere ganger i løpet av kvelden fordi han hadde fortalt historier som var myntet på henne. Først forsvarte han seg og sa at det var jo bare spøk, at han bare hadde ønsket at alle skulle ha det hyggelig, og at hun overreagerte. Men i samtalens løp forsto han at hans respektløshet hadde gjort henne flau mange ganger. Han ba om unnskyldning og lovet ikke å stille henne i forlegenhet flere ganger. Han holdt løftet. Fra da av fant han anledninger til å gi henne oppriktige komplimenter i andres nærvær.

En ektemann og far som hadde innlatt seg på pornografi mens han var i tenårene, hadde ikke opphørt med det. Han var motløs fordi han ikke visste hvordan han skulle komme ut av det. Til slutt ba han flittig om hjelp, ydmyket seg og begynte å studere Frelserens liv og læresetninger. Etter hvert som han forsto hvilke velsignelser Frelserens forsoning medfører, innså han at han kunne forandre

sin adferd. Han så at avhengigheten ødela både ham og ekteskapet og familien. Med ny forståelse av Jesu Kristi misjon kunne han foreta de nødvendige forandringer og redde sitt ekteskap.

Gjengi følgende uttalelse av eldste Spencer W. Kimball fra den tiden han virket i De tolv apostlers quorum:

"Til enhver tilgivelse er det knyttet en betingelse. Plasteret må være like stort som såret. Det må være faste, bønn og ydmykhet i minst like stor, eller større, grad enn synden. Man må ha et sønderknust hjerte og en angergiven ånd, og man må kle seg i 'sekk og aske'. Det må være tårer og en ekte forandring innerst inne. Man må være overbevist om sin synd, snu ryggen til det onde og bekjenne sine feil for de autoriteter som Herren har innsatt. Det må ytes vederlag, og man må være fast bestemt på å slå om tempoet, forandre retning og ta sikte på et nytt bestemmelsessted. Forholdene må være under kontroll, og man må få et nytt forhold til eller finne nye kamerater. Kjørtelen må vaskes så den blir hvit, og med fornyet innsatsvilje og hengivenhet må man bestemme seg for å etterleve alle Guds lover. Kort sagt må man overvinne seg selv, synden og verden." (*Tilgivelsens mirakel*, s. 323.)

Mann og hustru skulle søke å tilgi hverandre

Påpek at i tillegg til å be om tilgivelse for våre synder og for feil vi har gjort, må vi også tilgi. Det forekommer at vi kan bli såret over småting som folk gjør, men Herren har befalt oss å tilgi hverandre. Les Lære og pakter 64:8–10 og Matteus 6:14–15 sammen med deltakerne.

- På hvilke måter blir ekteskap styrket når mann og hustru er villig til å tilgi hverandre?

President Gordon B. Hinckley ga dette rådet: "Hvis det skulle være noen som i sitt hjerte nærer en giftig, fiendtlig holdning til en annen, så ber jeg dere innstendig om å be Herren om styrke til å tilgi. Dette uttrykte ønsket vil være selve kjernen i deres omvendelse. Det er kanskje ikke lett, og det går kanskje ikke fort. Men hvis dere vil søke den med oppriktighet og fremelske den, *vil* den komme... Dere vil oppleve en fred i hjertet som ellers ikke ville vært mulig." (*Lys over Norge*, nov. 1991, s. 5, se også s. 25] i deltakernes studiehefte.)

- Hvorfor er det noen ganger vanskelig å tilgi? (Svarene kan omfatte at folk forsøker å beskytte seg mot å bli såret for fremtiden, at de tror tilgivelse er ensbetydende med å samtykke til sårende handlinger, eller at man finner det vanskelig å tilgi en som forventer tilgivelse uten å gjøre noe for å slutte med det som sårer.)
- Hva risikerer en mann og en hustru som nekter å tilgi?
- På hvilke måter er tilgivelse til velsignelse for dem som blir tilgitt? Hvordan kan en annens tilgivelse hjelpe en person til å forandre på uønsket oppførsel?
- På hvilke måter kan tilgivelsens ånd velsigne den som tilgir?

Få frem at når vi føler at andre har gjort oss urett, skulle vi spørre oss selv hvordan Frelseren ville ønsket at vi skulle reagere. Som president Howard W. Hunter, Kirkens 14. president, sa: "Vi må tenke mer på hellige ting og i større grad oppføre oss slik Frelseren forventer av sine disipler. Vi skulle ved enhver anledning

spørre oss selv: 'Hva ville Jesus ha gjort?', og så ha mer mot til å handle i overensstemmelse med svaret." (*Lys over Norge*, jan. 1995, s. 87.)

Les følgende råd fra president Joseph F. Smith, Kirkens 6. president:

"Vi har alle våre svakheter og feil. Noen ganger ser mannen en feil hos sin hustru, og han irretsetter henne. Noen ganger mener hustruen at hennes mann ikke har gjort det helt riktige, og hun irretsetter ham. Hva godt fører det til? Er det ikke bedre å tilgi? Er det ikke bedre å vise kjærlighet? Er det ikke bedre å ikke snakke om feil, ikke å blåse opp svakheter ved å terpe og terpe på dem? Vil ikke det være bedre? Og vil ikke den forening som har blitt befestet mellom dere og barnas fødsel og ved den nye og evige ekteskapspakt, bli enda sterkere når dere glemmer å nevne svakheter og feil ved hverandre? Er det ikke bedre å la det være og ikke si noe om dem—begrave dem og bare snakke om det gode dere vet og føler for hverandre, og derved begrave hverandres feil og ikke forstørre dem. Er ikke det bedre?" ("Sermon on Home Government", *Millennial Star*, 25. jan. 1912, s. 49–50.)

Konklusjon

Gjengi følgende uttalelse av eldste Spencer W. Kimball:

"For en lindring! For en trøst! For en glede! Alle dem som er tynget ned av overtredelser, sorg og synd, kan bli tilgitt, lutret og rensset hvis de vil vende seg til sin Gud, lære om ham og holde hans bud. Og på samme måte kan også alle vi som daglig har behov for å omvende oss fra våre tåpeligheter og svakheter, få del i dette mirakel." (*Tilgivelsens mirakel*, s. 337.)

Bær vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelse om at når ektepar har en tilgivende holdning til hverandres ufullkommenheter, kan de føle fred. De blir mer forenet og bedre i stand til å klare de utfordringer som ekteskap og foreldreansvar medfører. Oppfordre deltakerne til å pleie tilgivelsens ånd i ekteskapet.

Henvis til s. 24–26 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Av eder fordres det at I skal tilgi", av president Gordon B. Hinckley. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

Minn deltakerne på å ta med seg studieheftet til klassen neste gang.

Formål	Å hjelpe deltakerne å bruke sunne prinsipper for familieøkonomi.
---------------	--

Forberedelse	<ol style="list-style-type: none"> 1. Overvei hvordan du kan anvende prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken). 2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Studer også grundig artikkelen "Det konstante i forandringene", av president N. Eldon Tanner, på s. 27–30 i deltakernes studiehefte. Prinsippene i denne artikkelen utgjør leksjonens hovedvekt. Ha disse i tankene gjennom uken som en del av forberedelsen, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov. 3. Minn deltakerne på å ta med seg studieheftet til klassen. De vil trenge å slå opp i president Tanners artikkel i løpet av leksjonen. 4. Hvis heftet <i>Sammen om pengene— Veiledning i familieøkonomi</i> (33293 170) er tilgjengelig, leser du det. Overvei å bruke det som en del av leksjonen. 5. Hvis du bruker tilleggsoppgaven på s. 39–40, tar du med et ark og en penn eller blyant til hver deltaker.
---------------------	---

Forslag til gjennomføring	<p>God økonomisk styring er nødvendig for et lykkelig ekteskap.</p> <p>Be et ektepar komme frem (vær varsom med hvem du spør). Forklar at du vil vise hvordan en liten sak kan styrke et ekteskap eller skape alvorlige ekteskapsproblemer. Hold opp en pengeseddel.</p> <p>Gi pengeseddelen til en av dem du har bedt komme frem.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hvordan påvirkes ekteskapet når bare mannen eller hustruen styrer familieøkonomien? <p>Etter at deltakerne har diskutert spørsmålet, tar du seddelen tilbake.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hvordan påvirkes et ekteskapsforhold når ingen tar styringen med familiens økonomi eller når gjeld og gjeldsrenter styrer økonomien? <p>Etter å ha drøftet dette spørsmålet, gir du seddelen tilbake. La mannen holde den i hånden, og be hustruen legge sin hånd over hans. Forklar at økonomisk styring ikke er det viktigste for et kjærlig ekteskapeleg forhold. Men når mann og hustru samarbeider om økonomien, står de sammen i en viktig bestrebelse på å ha orden i hjemmet. De forebygger også vanskelige utfordringer. Noen av de alvorligste problemer i ekteskapet oppstår når økonomien ikke forvaltes omhyggelig og til beste for familien.</p>
----------------------------------	--

- På hvilke måter kan et ekteskap styrkes ved at mann og hustru samarbeider om økonomien?

Mann og hustru skulle samarbeide om å følge grunnleggende prinsipper for økonomisk styring.

Be deltakerne slå opp på s. 27–30 i deltakernes studiehefte. Be dem lese raskt igjennom artikkelen "Det konstante i forandringene" og finne president N. Eldon Tanners "fem prinsipper for økonomisk trygghet". Når de finner prinsippene, skriver du dem på tavlen:

<p>Betal en ærlig tiende.</p> <p>Bruk mindre enn du tjener.</p> <p>Lær å skille mellom behov og ønsker.</p> <p>Sett opp et budsjett og følg det.</p> <p>Vær ærlig i alle økonomiske saker.</p>
--

Når du har skrevet alle fem prinsippene på tavlen, bruker du følgende materiale som grunnlag for å drøfte dem:

Betal en ærlig tiende

Be en deltaker lese denne uttalelsen av president Tanner (s. 28 i deltakernes hefte):

"Å betale tiende er et bud, et bud med et løfte. Hvis vi er lydige mot dette budet, blir vi lovet at 'det skal gå oss godt i landet'. Det er mer enn bare materielle goder—det kan innebære god helse og et vitalt sinn. Det innebærer solidaritet i familien og åndelig fremgang. Jeg håper at de av dere som nå ikke betaler full tiende, vil søke tro og styrke til å gjøre det. Når dere oppfyller denne forpliktelsen overfor deres Skaper, vil dere finne stor, stor lykke, slik den bare kjennes av dem som trofast oppfyller dette budet." (*Lys over Norge*, mai 1982, s. 12–15.)

- Hvordan har det å betale tiende bragt velsignelser til din familie eller andre du kjenner?

Bruk mindre enn du tjener.

Be en deltaker lese følgende uttalelse av president Tanner (s. 28 i deltakernes studiehefte).

"Jeg har oppdaget at det ikke finnes noen mulighet for å tjene *mer* enn du kan bruke. Jeg er overbevist om at det ikke er beløpet man tjener som gir sjelefred, men det å ha *kontroll* med pengene. Penger kan være en lydige tjener, men en hard herre. De som innretter sin levestandard slik at de får litt overskudd, har

kontroll over sine omstendigheter. De som bruker litt mer enn de tjener, blir kontrollert av omstendighetene. De er i trelldom. President Heber J. Grant sa en gang: 'Hvis det er noe som gir et menneske fred og tilfredshet, og også familien, er det det å sette tæring etter næring. Og hvis det er noe som nettopp gnager og fører til motløshet og oppgitthet, er det det å ha gjeld og forpliktelser man ikke kan betjene.' (*Gospel Standards*, red. G. Homer Durham [1941], s. 111.)

Oppskriften på å bruke mindre enn vi tjener, er enkel—den kalles disiplin. Enten vi lærer det tidlig eller sent i livet, må vi alle før eller senere lære å styre oss selv, våre lyster og våre ønsker av økonomisk art. Velsignet er den som lærer å bruke mindre enn han tjener og legger noe til side til magre tider." (*Lys over Norge*, mai 1982, s. 12–15.)

Overvei å gjengi følgende uttalelse av president Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president:

"Tiden er inne til å sette vårt hus i orden.

Det er så mange av vårt folk som forbruker alt de tjener. Det er faktisk noen som lever på lånte penger...

Jeg er bekymret for den enorme kredittgjelden som henger over folket i dette landet, også vårt eget folk...

Jeg ber dere inntrengende ... om å se nærmere på hvordan det står til med deres økonomi. Jeg ber dere inntrengende om å være forsiktig med å bruke penger, vis disiplin når dere gjør innkjøp, for å unngå gjeld så langt som mulig. Nedbetal gjeld så fort dere kan, og befri dere fra trelldom." (*Liahona*, jan. 1999, s. 65, 66.)

- På hvilke måter er gjeld ensbetydende med trelldom?
- Hvilke vaner har hjulpet deg å komme ut av gjeld eller å unngå gjeld? Hva har du gjort for å kunne spare litt av det du tjener?

Lær å skille mellom behov og ønsker.

Be deltakerne lese følgende uttalelse av president Tanner (s. 29 i deltakernes studiehefte):

"Overforbruk og dårlig økonomisk styring innebærer en stor belastning på ekteskapet. De fleste ekteskapsproblemer later til å skyldes økonomi—enten en inntekt som er utilstrekkelig til å forsørge familien, eller dårlig forvaltning av den inntekten man har." (*Lys over Norge*, mai 1982, s. 12–15.)

- Hva kan vi gjøre for å skille mellom behov og ønsker? Hvorfor er det vesentlig at mann og hustru gjør dette sammen?

Sett opp et budsjett og følg det.

Forklar at uansett hva et ektepar har av midler, skulle de samarbeide om å sette opp et familiebudsjett. Et budsjett er en oversikt over planlagte inntekter og utgifter i en bestemt tidsperiode. Det gir familien sikkerhet for at utgiftene ikke overstiger inntektene. Et ektepar skulle drøfte budsjettet når de avgjør sine behov, ønsker og økonomiske målsetninger. Et ektepar kan for eksempel etter å

ha anslått inntekten for de neste to ukene, bestemme hvor mye penger de kommer til å bruke på hver kategori, som tiende og andre offergaver til Kirken, sparing, mat og pantelån eller husleie. I denne 2-ukersperioden fører de opp alle inntekter og utgifter. De samrår seg med hverandre før de foretar store innkjøp eller gjør noe annet som påvirker det budsjettet de har satt opp. Når de 2 ukene er omme, kan de sammenligne sin faktiske inntekt med sin opprinnelige plan.

For å hjelpe deltakerne å forstå hvordan de kan lage et budsjett, kan du be dem se på følgende budsjett-eksempel, som også står i deltakernes studiehefte på s. 31.

Budsjett fra _____ til _____
dato dato

INNTEKT	ANSLÅTT	FAKTISK
Netto utbetalt etter skatt		
Annen inntekt		
Sum inntekt		
UTBETALINGER	ANSLÅTT	FAKTISK
Tiende		
Andre offergaver til Kirken		
Langtidssparing		
Sparing på krisefond		
Mat		
Pantelån eller husleie		
Elektrisitet, oppvarming etc.		
Reiseutgifter		
Avdrag på gjeld		
Forsikringer		
Medisinske utgifter		
Klær		
Annet		
Annet		
Annet		
Sum utbetalinger		

Be en deltaker lese følgende uttalelse av president Tanner (s. 0 [31] i deltakernes studiehefte):

"Jeg har oppdaget gjennom intervjuer med mange unge i årenes løp at alt for mange ikke har et gjennomførbart budsjett, og at de ikke har disiplinert seg selv til å følge det. Mange tror at et budsjett vil frata dem friheten. Tvert imot, folk som har lyktes, har forstått at et budsjett gjør økonomisk frihet mulig." *Lys over Norge*, mai 1982, s. 12–15.)

Vær ærlig i alle økonomiske saker.

Be en deltaker lese følgende uttalelse av president Tanner (s. 30 i deltakernes studiehefte):

"Ærlighetens ideal vil aldri bli foreldet. Det griper inn i alt vi gjør. Som ledere og medlemmer i Kirken skulle vi være selve innbegrepet av integritet." (*Lys over Norge*, mai 1982, s. 12–15.)

- Hvorfor er ærlighet en viktig side ved alle våre økonomiske transaksjoner? Hvorfor har ærlighet mellom ektefeller vesentlig betydning når det gjelder familiens økonomi?

Konklusjon

Få frem at mann og hustru må samarbeide om å forvalte sin økonomi. Be deltakerne overveie hvor godt de følger de prinsippene dere har drøftet i leksjonen. Oppfordre dem til å planlegge for å forbedre sin økonomiske forvaltning.

Bær vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelser om at de sannheter dere har drøftet i leksjonen, er sanne.

Henvis til s. 27–31 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Det konstante i forandringene", av president N. Eldon Tanner. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

Tilleggsoppgave

Tilbakeblikk på leksjonene i Del A av kurset Ekteskap og familieforhold

Denne leksjonen avslutter Del A av kurset Ekteskap og familieforhold. Hvis du skal undervise i hele kurset, kan du overveie å gjøre følgende:

Gi hver deltaker et ark og en penn eller blyant. Be dem bruke 3 minutter til å skrive ned de læresetningene og prinsippene de husker fra de første 8 leksjonene av dette kurset. Be dem sette en strek under de som har hatt størst betydning for dem. Oppmuntre dem til å være beredt til å fortelle om noe av det de streket under. Hvis de trenger hjelp, kan de bruke innholdsfortegnelsen på s. V–VII i denne boken eller kursoversikten på s. VII–VIII i deltakernes studiehefte.

DEL B
FORELDRENES ANSVAR
FOR Å STYRKE FAMILIEN



”BARN ER EN GAVE FRA HERREN”

LEKSJON

9

Formål Å minne deltakerne på at når jordiske foreldre ønsker vår himmelske Faders barn velkommen til sitt hjem, påtar de seg ansvar for å elske dem, verne om dem, undervise dem og lede dem til evig liv.

Forberedelse

1. Overvei hvordan du kan anvende prinsippene under ”Ditt ansvar som lærer” (s. IX–XI i denne boken).
2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Tenk over, som en del av din forberedelse, hvordan du kan hjelpe deltakerne å anvende disse læresetningene og prinsippene, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov.
3. Spør på forhånd noen Primær-barn om å komme til klassen i begynnelsen av leksjonen og syng ”Jeg er Guds kjære barn” (*Barnas sangbok*, s. 2–3, *Salmer*, nr. 187). Eller vær forberedt til å syng sangen sammen med deltakerne.
4. Innby på forhånd 2–3 deltakere til å forberede å snakke kort om hvilken glede deres barn tilfører deres liv. Foreslå at de forteller om personlige erfaringer. Søk Åndens veiledning når du skal ta stilling til hvem du skulle gi dette oppdraget til.

Forslag til gjennomføring

Vår himmelske Fader betrør sine åndebarn til jordiske foreldre.

Be Primær-barna som har fått oppgaven, syng ”Jeg er Guds kjære barn” (se ”Forberedelse”, punkt 3.). La barna gå tilbake til Primær-klassen sin umiddelbart etter sangen. Hvis du ikke har bedt noen Primær-barn om å komme til klassen, oppfordrer du deltakerne til å syng sammen med deg.

- Hvilke sannheter lærer vi i denne sangen?
- Hva kan vi lære av denne sangen om foreldres ansvar? (Overvei å vise til refrenget: ”Led meg, før meg, gå du med meg, så jeg finner frem. Lær meg alt jeg gjøre må, så himlen blir mitt hjem.”)

President Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president, ga følgende rettleiding: ”Glem aldri disse små som er Guds sønner og døtre, og at dere har et oppdragende forhold til dem, at Han var far før dere ble foreldre og at han ikke har trukket tilbake sine rettigheter som far eller sin interesse for sine små. Elsk dem og ta vare på dem. Fedre, kontroller deres sinne, nå og i alle kommende år. Mødre, kontroller stemmen, hold den lav. Oppdra deres barn i kjærlighet, i Herrens tuktt og formaning. Ta vare på deres små. Ønsk dem velkommen i deres hjem og gi dem næring og kjærlighet av hele deres hjerte.” (”Ord fra den levende profet”, *Lys over Norge*, mai 1998, s. 26.)

Eldste M. Russell Ballard i De tolv apostlers quorum har sagt: "Ethvert menneske er Guds åndebarn og levde sammen med sin himmelske Fader før det kom til jorden. Han betror sine åndebarn til jordiske foreldre som gir dem et dødelig legeme ved den fysiske fødsels mirakel, og gir foreldrene den hellige anledning og det hellige ansvar å elske, beskytte og undervise dem og oppdra dem i lys og sannhet så de en dag, ved Jesu Kristi forsoning og oppstandelse, kan vende tilbake til vår Faders nærhet." (*Lys over Norge*, juli 1991, s. 75.)

- Hvordan skulle denne kunnskapen og forståelsen påvirke måten foreldre behandler sine barn på?

Les følgende veiledning, som ble gitt av biskop Robert D. Hales mens han var Kirkens presiderende biskop: "På mange måter representerer jordiske foreldre sin himmelske Fader i prosessen med å oppdra, elske, dra omsorg for og undervise sine barn. Barn ser naturligvis hen til sine foreldre når det gjelder å lære om sin himmelske Faders egenskaper. Når de har lært å elske, respektere og ha tillit til sine jordiske foreldre, utvikler de ofte ubevisst de samme følelser for sin himmelske Fader." (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 8–9.)

Oppfordre deltakerne til å grunne på hvordan foreldrenes holdninger og handlinger kan påvirke barns følelser for vår himmelske Fader.

Foreldre skulle søke å dekke hvert barns individuelle behov.

Forklar at hvert barn har sine egne ønsker, talenter og behov. Det er viktig at foreldrene søker å forstå det enkelte barns evner og behov.

Mange barn er ganske annerledes enn sine foreldre. De kan ha et annet lynne, og de kan ha andre sterke sider og svakheter enn dem. Disse ulikhetene kan virke frustrerende for foreldrene, som kan synes det er vanskelig å veilede og hjelpe barna gjennom erfaringer de selv aldri har hatt. Men foreldre skulle huske at vår himmelske Fader har betrodd dem disse spesielle barna, og at han vil hjelpe dem å forstå hvordan de kan lede hvert barn mot oppfyllelsen av hans eller hennes guddommelige potensial. Søster Michaelene P. Grassli, tidligere generalpresident for Primær, sa:

"Vi trenger å oppdage hvem våre barn egentlig er. Vi trenger å vite hva de interesserer seg for, hva som bekymrer dem og hva de ville gjøre hvis de kunne få oppfylt sine høyeste ønsker. Deres høyeste ønsker er nesten alltid noe godt. Vi kan la barna være seg selv og ikke forvente at de skal være reproduksjoner av sine foreldre. Gi dem forskjellige erfaringer så de kan *oppdage* hva som interesserer dem, og oppmuntre dem så innenfor disse interessene og talentene—selv om de ikke er de samme som deres." ("Teaching Our Children", *Ensign*, apr. 1994, s. 62.)

- Hvorfor er det viktig at foreldre forstår hvert barns individuelle egenskaper og behov?
- Hvordan kan det skade at foreldre tvinger sine barn til å være med på aktiviteter eller erfaringer som er uforenelige med barnas individuelle talenter og interesser?
- Hva kan foreldre gjøre for å støtte opp under hvert av sine barns talenter og evner?

For å hjelpe deltakerne å anvende dette prinsippet kan du be dem nevne områder hvor barn i samme familie kan være forskjellige fra hverandre og fra sine foreldre. Deltakerne kan henvise til egne erfaringer som foreldre, eller erfaringer med sine foreldre og søsken. Skriv forslagene på tavlen. Diskuter så konkrete talenter eller egenskaper på listen. Gå inn på spesielle talenter eller egenskaper ved å stille spørsmål som disse:

- Hva kan foreldre gjøre for å oppmuntre et barn til å fortsette å utvikle dette talentet?
- Hvis et barn har denne egenskapen, hva kan da foreldrene gjøre for å lære ham eller henne å være kjærlig og vennlig?
- På hvilke måter kan et barn med dette talentet bidra til familiens hjemmeaften?

Fremhev at foreldre som forstår hvert barns evner og egenskaper, er bedre i stand til å disiplinere dem. La en deltaker lese følgende rettleiding fra eldste James E. Faust mens han virket i De tolv apostlers quorum (s. 49 i deltakernes studiehefte):

"En av de vanskeligste utfordringer foreldre står overfor, er å disiplinere sine barn riktig. Barneoppdragelse er så individuell. Hvert barn er forskjellig og unikt. Det som virker for ett, virker kanskje ikke for et annet. Jeg vet ikke om andre enn barnas egne foreldre, de som er mest glad i barna, som er kloke nok til å vite hva slags straff som er for streng eller hva som er for mild. Her må foreldre bruke sin dømmekraft med en ydmyk holdning. Sikkert er det at det altoverveiende prinsipp er at disiplinering av barn må være motivert mer av kjærlighet enn av å straffe." (*Lys over Norge*, jan. 1991, s. 33.)

- Hvilke erfaringer har hjulpet deg å forstå at disiplinering må gis i forhold til hvert barns behov og omstendigheter?

Barn er berettiget til et kjærlig forhold til sine foreldre.

Påpek at noe av det viktigste foreldre kan gjøre, er å skape en atmosfære i hjemmet for kjærlighet, vennskap og lykke. Gjengi følgende uttalelser:

Eldste Gordon B. Hinckley uttalte følgende mens han virket i De tolv apostlers quorum: "Hvor heldig, hvor velsignet er ikke det barnet som føler foreldrenes kjærlighet. Denne varmen, denne kjærligheten vil bære god frukt i de årene som følger." (*Lys over Norge*, apr. 1979, s. 31.)

Eldste Marlin K. Jensen i De sytti har sagt: "I likhet med mye annet verdifullt i livet blir vårt behov for vennskap ofte best dekket i hjemmet. Hvis våre barn føler vennskap innen familien, overfor hverandre og overfor foreldrene, vil de ikke være desperat opptatt av å bli godtatt utenfor familien." (*Liahona*, juli 1999, s. 74.)

- Hva kan du huske fra din barndom som fikk deg til å føle deg elsket? På hvilke måter har denne følelsen av å bli elsket påvirket deg gjennom livet?
- Hva kan foreldre gjøre i sitt hjem for å la barna føle at de er glad i dem?

Påpek at i foreldrenes bestrebelse på å ha et kjærlig forhold til barna er god kommunikasjon avgjørende. Eldste M. Russell Ballard har sagt det slik: "Ingenting er viktigere i forholdet mellom familiemedlemmer enn åpen, ærlig kommunika-

sjon. Dette er spesielt tilfelle for foreldre som forsøker å lære sine barn evangeliets prinsipper og normer. Evnen til å rettlede våre unge—og kanskje enda viktigere, virkelig lytte til hva som opptar dem—er grunnlaget som vellykkede forhold bygges på. Ofte vil det vi ser i øynene og det vi føler i hjertet, formidle langt mer enn det vi hører og eller sier. (*Liahona*, juli 1999, s. 103.)

- Hva kan foreldre gjøre for å ha en god kommunikasjon med sine barn? (Svarene kan omfatte de nedenstående.)
 - a. Vær en utrettelig lytter. Gjenta om nødvendig det du forstår av det barna sier. Det vil fortelle dem at du virkelig lytter, og det vil gjøre deg sikker på at du forstår.
 - b. Tilbring tid med å snakke med og lytte til barna selv om de er svært små—selv før de kan snakke.
 - c. Vær interessert i deres idéer.
 - d. Stimuler til samtale ved måltidene.
 - e. Bruk tid på å snakke med dem på tomannshånd.

For å understreke at foreldre skulle tilbringe tid sammen med hvert barn alene, kan du fortelle hva eldste Robert D. Hales i De tolv apostlers quorum har sagt: "Tilbring tid sammen med hvert enkelt barn, la dem velge hva dere skal gjøre og hva dere skal snakke om. Fjern forstyrrende elementer." (*Liahona*, juli 1999, s. 38.)

Du vil finne ytterligere forslag angående prinsipper for god kommunikasjon på s. 23–26 i leksjon 5.

Overgrep mot barn er en krenkelse mot Gud.

Les Matteus 18:6 sammen med deltakerne. Forklar at foreldre aldri skulle begå overgrep mot sine barn på noen som helst måte.

- Hva er overgrep mot barn? (Overvei å skrive deltakernes svar på tavlen. Svarene kan omfatte de som står på nedenstående liste.)
 - a. Voldelig sinne
 - b. Kjefting
 - c. Trusler
 - d. Fysisk angrep
 - e. Enhver seksuell kontakt eller upassende berøring
 - f. Nedsettende bemerkninger
 - g. Ikke vise kjærlighet
 - h. Utsette barna for upassende filmer, vitser, språkbruk, blader eller internett-stoff
 - i. I utilbørlig grad utsette barna for vær og vind
 - j. Vanskjøtsel, inkludert manglende legebekledning og utilstrekkelig tilsyn eller disiplin
- På hvilken måte skader disse handlingene barna?

Etter å ha drøftet dette spørsmålet, forklarer du at noen ganger behandler voksne som selv ble mishandlet som barn, sine barn på samme negative måte uten å være klar over hvor skadelig deres oppførsel er. Noen ganger føler de at de ikke makter å forandre sin oppførsel på egenhånd. Understrek at folk som har begått overgrep, kan forandre sin adferd ved at de ydmykt søker Herrens hjelp og veiledning.

De som ønsker hjelp til å forstå og forandre sin adferd, kan snakke med biskopen. Han vil kunne rettlede dem. Han kan også anbefale rådgivere som kan yte hjelp i samsvar med Kirkens normer.

Les Lære og pakter 121:41–44 sammen med deltakerne.

- Hvordan angår disse versene måten foreldre disiplinerer sine barn på?

Mens president Gordon B. Hinckley var førsterådgiver i Det første presidentkap, uttalte han:

"Barn trenger ikke ris. De trenger kjærlighet og oppmuntring. De trenger fedre som de kan se opp til med respekt og ikke frykt. Fremfor alt trenger de et eksempel..."

Min bønn ... er en bønn om å redde barna. Altfor mange av dem lever med smerte og frykt, i ensomhet og fortvilelse. Barn trenger sollys. De trenger lykke. De trenger kjærlighet og oppdragelse. De trenger godhet, stimulans og ømhet. Uansett prisen på huset kan ethvert hjem utgjøre et kjærlig miljø som kan være et frelsende miljø." (*Lys over Norge*, jan. 1995, s. 57.)

President Brigham Young, Kirkens annen president, forkynte:

"Oppdra dine barn til å elske og frykte Herren. Studer deres tilbøyeligheter og deres temperament og behandle dem deretter. Tillat deg aldri å rette på dem når du er sint. Lær dem å elske deg istedenfor å frykte deg." (*Læresetninger fra Kirkens presidenter—Brigham Young*, s. 172.)

Barn kan bringe stor glede til foreldrenes liv.

Fremhev at det er viktig at foreldre husker sitt hellige og høytidelige ansvar, men det er også viktig at de reflekterer over den glede deres barn bringer inn i deres liv. Mens eldste James E. Faust virket i De tolv apostlers quorum, uttalte han at "selv om få utfordringer er større enn det å være gode foreldre, er det få anledninger som gir større muligheter til glede". (*Lys over Norge*, jan. 1991, s. 31, se også s. 48 i deltakernes studiehefte.)

Oppmuntre deltakerne til kort å si litt om hvilken glede deres barn er for dem (se "Forberedelse", punkt 4). Hvis tiden tillater det, kan du overveie å fortelle hvilken glede barn har bragt deg.

Konklusjon

Understrek at barn er en gave fra vår himmelske Fader. Som Salmisten sa: "Barn er en gave fra Herren" (Salm. 127:3). Når jordiske foreldre ønsker vår himmelske Faders barn velkommen til sitt hjem, påtar de seg ansvar for å elske dem, oppdra dem, undervise dem og lede dem til evig liv.

Henvis til s. 35–38 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Dyrebare barn, en gave fra Gud", av president Thomas S. Monson. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

Oppfordre deltakerne til å ha med seg studieheftene til klassen neste gang.

**Ytterligere
kildemateriale**

Uttalelser for å ivareta behov hos dem som ikke er i en tradisjonell familiesituasjon

Les en eller flere av følgende uttalelser for å ivareta de deltakeres behov som ikke er i en tradisjonell familiesituasjon:

Eldste Boyd K. Packer i De tolv apostlers quorum forklarte: "Enhver sjel som av naturen eller på grunn av omstendighetene ikke får den velsignelse å gifte seg og bli far eller mor, eller som uten skyld må være alene om å oppdra barn og arbeide for å forsørge dem, vil i evighetene ikke bli nektet noen velsignelse—forutsatt at de holder budene. Som president Lorenzo Snow [Kirkens 5. president] sa: 'Det er både sant og visst.'" (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 22.)

President Harold B. Lee, Kirkens 11. president, sa: "[Kvinner] som har blitt nektet velsignelsene ved å være hustru og mor i dette liv—og som sier i sitt hjerte: 'hvis jeg kunne ha gjort det, ville jeg ha gjort det,' eller 'jeg ville gi hvis jeg hadde, men jeg kan ikke fordi jeg ikke har'—vil Herren velsigne som om dere hadde gjort det, og den kommende verden vil kompensere dem som ønsker i sitt hjerte de rettferdige ting som de ikke kunne gjøre, og som de selv ikke var skyld i." ("Bevar din plass som kvinne", *Lys over Norge*, juli. 1972, s. 273-4.)

Eldste Gene R. Cook i De sytti forklarte: "Noen ganger er det bare en far eller en mor i familien grunnet død eller skilsmisse. Noen ganger er bare den ene av foreldrene medlem av Kirken. Noen ganger er en mindre aktiv enn den andre. Like fullt kan en åndelig motivert mor eller far gjøre en god jobb med å oppreise en familie til Herren. Noen av de beste menn og kvinner jeg har kjent, kommer fra slike familier. Må Herren alltid velsigne disse gode mødrene og fedrene som kanskje tror at de må gjøre det 'på egenhånd', men som faktisk oppdrar sine barn under Herrens veiledning." (*Raising Up a Family to the Lord* [1993], s. XV.)

FEDRES OG MØDRES HELLIGE ROLLE

LEKSJON 10

Del 1: Fedres rolle

Formål	Å hjelpe deltakerne å forstå hvordan fedre oppfyller sin hellige rolle og hvordan fedre og mødre kan hjelpe hverandre som likeverdige partnere.
Forberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Overvei hvordan du kan anvende prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken).2. Overvei læresetningene og prinsippene som står med fet skrift i leksjonen. Tenk gjennom uken på måter du kan undervise i disse læresetningene og prinsippene på, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov.3. Minn deltakerne på å ta med seg deltakernes hefte til klassen.
Forslag til gjennomgåelse	<p>Far og mor skulle samarbeide om å gi hvert av sine barn et troens skjold.</p> <p>Skriv <i>Troens skjold</i> på tavlen. Les Lære og pakter 27:15, 17 sammen med deltakerne.</p> <ul style="list-style-type: none">• På hvilke måter er tro å sammenligne med et skjold? <p>Les følgende uttalelse av president Boyd K. Packer, fungerende president for De tolv apostlers quorum. Be deltakerne lytte nøye for å høre hvorfor barn trenger å få "troens skjold" i hjemmet.</p> <p>"Vår Faders plan forutsetter at troens skjold, lik selve forplantningen, blir skapt og tilpasset i familien. Det finnes ikke to som er nøyaktig like. Hvert av dem må tilpasses individuelle spesifikasjoner.</p> <p>Den planen som Herren har utarbeidet, forutsetter at mann og kvinne, ektemann og hustru, arbeider sammen og gir hvert barn individuelt et troens skjold som er så tett fastspent at det hverken kan rives av eller gjennombores av gloende piler.</p> <p>En fars faste styrke trengs for å hamre til dets metall, og en mors milde hender trengs for å polere det og få det til å sitte som det skal. Det hender at en av foreldrene overlates til å gjøre det alene. Det er vanskelig, men det kan gjøres.</p> <p>I Kirken kan vi undervise om de materialene som troens skjold er sammensatt av: ærbødighet, mot, kyskhhet, omvendelse, tilgivelse, medfølelse. I kirken kan vi lære hvordan vi samler det og setter det riktig sammen. Men den virkelige utarbeidelsen og tilpasningen av troens skjold hører hjemme i familiesirkelen. Ellers kan det løsne og falle av i en krisesituasjon." (<i>Lys over Norge</i>, juli 1995, s. 7.)</p> <ul style="list-style-type: none">• Hva lærer denne uttalelsen oss om fedres og mødres rolle? <p>Be deltakerne slå opp på "Familien—En erklæring til verden" på s. IV i studieveiledningen (se også s. VIII i denne boken). Les sammen med dem følgende prinsipper fra 7. avsnitt av erklæringen:</p>

”Etter guddommelig forordning skal fedre presidere over sin familie i kjærlighet og rettferdighet, og de er ansvarlige for å sørge for livets nødvendigheter og beskyttelse for sin familie. En mor er først og fremst ansvarlig for å ha omsorg for sine barn. I disse hellige ansvarsoppgaver er fedre og mødre forpliktet til å hjelpe hverandre som likeverdige partnere. Uførhet, død eller andre forhold kan nødvendiggjøre individuell tilpasning.”

Forklar at denne leksjonen og leksjon 11 handler om fedres og mødres hellige rolle. Selv om den ene leksjonen er rettet mot fedres rolle og den andre mot mødres rolle, gjelder de to leksjonene både fedre og mødre, som ”er forpliktet til å hjelpe hverandre som likeverdige partnere”. Leksjonene er også nyttige for enslige foreldre som gjør alt de kan, med Herrens hjelp, for å fylle begge roller.

Far skal presidere i kjærlighet og rettferdighet.

Henvis deltakerne til følgende uttalelse i erklæringen om familien: ”Etter guddommelig forordning skal fedre presidere over sin familie i kjærlighet og rettferdighet.” Forklar at ordet *presidere* betyr å lede og rettlede og å ta ansvar for familiens ve og vel.

Understrek at når en mann oppfyller sitt ansvar for å presidere i hjemmet, arbeider han i et partnerforhold med sin hustru. President Howard W. Hunter, Kirkens 14. president, ga denne rettleiding: ”En mann som har prestedømmet, godtar sin hustru som en partner i ledelsen av hjemmet og familien, og med full kunnskap om og full deltagelse i alle avgjørelser i den forbindelse... Gud har bestemt at ansvaret for å presidere i hjemmet påhviler prestedømsbæreren (se Moses 4:22). Det var Herrens hensikt at hustruen skal være en medhjelper for mannen—dvs. en ledsager som er likeverdig og nødvendig i et fullt partnerskap. Å presidere i rettferdighet nødvendiggjør at mann og hustru deler ansvaret. Sammen handler dere med kunnskap og deltakelse i alle familiesaker. Hvis mannen handler uavhengig av eller uten hensyn til sin hustrus følelser og råd i ledelsen av familien, utøver han urettferdig herredømme.” (*Lys over Norge*, jan. 1995, s. 49.)

President Spencer W. Kimball, Kirkens 12. president, forkynte at fedre ”må presidere slik Jesus Kristus presiderer over sin Kirke—med kjærlighet, tjeneste og ømhet, og ved eksempel”. (*Ensign*, mai 1976, s. 45.)

- Hvorfor er det viktig at fedre presiderer med kjærlighet og rettferdighet?

Mens president Gordon B. Hinckley var førsterådgiver i Det første presidentskap, erklærte han følgende til fedre: ”Dere har hovedansvaret for å stå som familiens overhode, og det kan dere ikke flykte fra. Dette innebærer ingen form for diktatur eller urettferdig herredømme. Det medfører et påbud om at fedre skal dekke familiens behov. Disse behovene er mer enn mat, klær og bolig. De omfatter rettferdig veiledning og undervisning, både ved eksempel og forskrift, i grunnleggende prinsipper for ærlighet, integritet, tjeneste, respekt for andres rettigheter og en forståelse av at vi er ansvarlige for det vi gjør i dette livet, ikke bare overfor hverandre, men også overfor Gud i himmelen, som er vår evige Fader.” (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 57.)

President Howard W. Hunter sa: ”Vi oppfordrer dere, brødre, til å huske at prestedømmet kun er en rettferdig myndighet. Gjør deg fortjent til dine barns respekt og tillit ved å ha et kjærlig forhold til dem.” (*Lys over Norge*, jan. 1995, s. 49.)

For å hjelpe deltakerne å forstå hva fedre må gjøre for å gi sine barn åndelig ledelse, ber du dem slå opp på s. 41–42 i studieveiledningen. Les og drøft følgende uttalelse av president Ezra Taft Benson, Kirkens 13. president, med deltakerne:

”La meg i kjærighet til fedrene i Israel få foreslå ti konkrete måter hvorpå fedre kan gi sine barn åndelig ledelse:

1. Gi en fars velsignelse til dine barn. Døpe og bekrefte dine barn. Ordinere dine sønner til prestedømmet. Dette vil bli åndelige høydepunkter i dine barns liv.
2. Lede personlig familiebønner, daglig lesning i Skriften og ukentlige familiens hjemmeaftener. Når du selv engasjerer deg, vil dine barn se hvor viktig dette virkelig er.
3. Så sant det er mulig, være tilstede på Kirkens møter sammen som familie. Det at familien dyrker Gud sammen under ditt lederskap, er uhyre viktig for dine barns åndelige velferd.
4. Ha far-datter-avtaler og dra på far-sønn-turer med dine barn. Ta familien med på utflukter og turer, på fotballkamper og opptredener, på tilstelninger på skolen osv. Det er svært viktig at far er der.
5. Skape tradisjoner med familieferier, utflukter og turer. Slike minner vil dine barn aldri glemme.
6. Ha regelmessige samtaler med dine barn på tomannshånd. La dem snakke om hva de har lyst til å gjøre. Lær dem evangeliets prinsipper. Lær dem sanne verdier. Fortell dem at du er glad i dem. Den tiden du tilbringer med dine barn, sier dem hvordan far prioriterer.
7. Lære dine barn å arbeide og lære dem verdien av å arbeide mot et verdig mål. Ved å opprette misjonærfond og utdanningsfond for dine barn, viser du dem hva far betrakter som viktig.
8. Oppmuntre til god musikk, kunst og litteratur i hjemmet. Et hjem som har en edel og fin ånd, vil alltid være en velsignelse for dine barn.
9. Reise regelmessig til templet sammen med din hustru, når avstanden gjør det mulig. Da vil dine barn bedre forstå betydningen av tempelekteskap og templets høytidelige løfter og den evige familieenhet.
10. La dine barn se at du finner glede og tilfredsstillelse i å tjene i Kirken. Dette kan ha smitteeffekt, så også de vil ønske å tjene i Kirken og elske riket.” (*Lys over Norge*, jan. 1988, s. 50.)

Far skal sørge for at familien har livets nødvendigheter og beskytte den.

Minn deltakerne på at familieerklæringen fastslår at fedre ”er ansvarlig for å sørge for livets nødvendigheter ... for sin familie”.

- Kan dere nevne noen timelige livets nødvendigheter? (Svar kan omfatte mat, penger, klær og bolig.) På hvilke måter skal fedre sørge for dette?

President Howard W. Hunter sa: ”Du som har prestedømmet, har ansvar for, hvis du ikke er arbeidsufør, å forsørge din hustru og dine barn. Ingen mann kan skyve dette ansvaret over på noen annen, heller ikke på sin hustru. Herren har befalt at kvinner og barn har krav på underhold av sin mann og far (se L&P 83, 1. Tim. 5:8).... Vi ber deg inntrengende om å gjøre alt som

står i din makt for å gi din hustru anledning til å bli hjemme og ta seg av barna mens du forsørger familien så godt som du kan." (*Lys over Norge*, jan. 1995, s. 50.)

- Kan dere nevne noen av livets åndelige nødvendigheter? (Svar kan omfatte vitnesbyrd, kjærlighet, daglig bønn og skriftstudium, undervisning i evangeliet og prestedømsordinanser.) Hva kan fedre gjøre for å ivareta disse nødvendighetene?
- Hvordan kan hustru og barn støtte sin manns og fars bestrebelser for å ivareta dette?

Gjør deltakerne oppmerksom på følgende råd i familieerklæringen: "Fedre ... er ansvarlige for å sørge for ... beskyttelse for sin familie."

- Hva må familien beskyttes mot?
- På hvilke måter kan ektemenn og fedre sørge for beskyttelse for sin familie?

President Howard W. Hunter sa:

"En rettfærdig far beskytter sine barn med sin tid og sitt nærvær i deres sosiale, utdanningsmessige og åndelige aktiviteter og ansvarsoppgaver..."

En mann som har prestedømmet, leder sin familie når det gjelder deltakelse i Kirken, slik at de vil komme til kunnskap om evangeliet og være under paktens og ordinansenes beskyttelse. Hvis du skal nyte godt av Herrens velsignelser, må du sette ditt eget hjem i orden. Sammen med din hustru bestemmer du det åndelige klima i ditt hjem. Din fremste plikt er å få ditt eget åndelige liv i orden ved regelmessig skriftstudium og daglig bønn. Sikre og hedre ditt prestedømme og dine tempelpakter. Oppmuntre din familie til å gjøre det samme." (*Lys over Norge*, jan. 1995, s. 49–50.)

- Hvilke eksempler har du sett på fedre som oppfyller sitt hellige ansvar?

Merk: Hvis du underviser i bare denne ene leksjonen og ikke har tenkt å undervise i leksjon 11, skulle du overveie å drøfte følgende utsagn fra familieerklæringen: "I [sine] hellige ansvarsoppgaver er fedre og mødre forpliktet til å hjelpe hverandre som likeverdige partnere." Leksjon 11 inneholder hjelp til diskusjon om denne sannheten (se s. 57–58).

Konklusjon

Bær vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelse om de sannheter dere har drøftet i denne leksjonen.

Henvis til s. 39–42 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Til fedrene i Israel", av president Ezra Taft Benson. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

Oppfordre deltakerne til å ha med seg studieheftene til klassen neste gang.

FEDRES OG MØDRES HELLIGE ROLLE

LEKSJON

11

Del 2: Mødrenes rolle

Formål Å hjelpe deltakerne å forstå hvordan mødre oppfyller sin hellige rolle og hvordan mødre og fedre kan hjelpe hverandre som likeverdige partnere.

Forberedelse

1. Repeter prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken). Se etter måter å anvende disse prinsippene på i forberedelsen til å undervise.
2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Ha disse i tankene gjennom uken som en del av forberedelsen, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov.
3. Minn deltakerne på å ta med seg deltakernes hefte til klassen.

Forslag til gjennomgåelse

Mødre deltar i Guds verk.

Som introduksjon til denne leksjonen leser du sammen med deltakerne følgende utdrag fra en tale av eldste Jeffrey R. Holland i De tolv apostlers quorum (s. 00 [44] i deltakernes studiehefte):

"En ung mor skrev nylig til meg at hennes engstelse helst kom fra tre kilder. Den første var at alltid når hun hørte taler om siste-dagers-hellige mødre, ble hun bekymret fordi hun følte at hun ikke holdt mål eller på en eller annen måte ikke ville klare oppgaven. For det annet følte hun det som om verden ventet at hun skulle lære sine barn å lese og skrive, lære dem om innredning, latin, matematikk og internett—alt før barnet kunne si noe så helt ordinært som "goo-goo". For det tredje følte hun ofte at folk av og til var nedlatende, nesten alltid uten å mene det, for de rådene og til og med de komplimentene hun fikk, syntes ikke å gjenspeile noe av den mentale anstrengelse, den åndelige og følelsesmessige utfoldelse, de krav som legger beslag på en døgnet rundt og som krever all energi—alt som noen ganger må til når man prøver og ønsker å være en slik mor som Gud håper hun vil være.

Men en ting, sa hun, holder henne gående. 'Tross alt dette, og tross tårer som av og til strømmer, *vet jeg innerst inne at jeg utfører Guds verk*. Jeg vet at som mor er jeg i et evig partnerskap med ham. Jeg er dypt grepet av at Gud tillegger det å være foreldre sin høyeste hensikt og den største betydning, selv om noen av hans barn får ham til å gråte.'

'Det er denne innsikten,' sier hun, 'jeg prøver å huske på de uunnngåelig vanskelige dagene når alt dette kan bli litt overveldende. Det er kanskje nettopp vår manglende evne og engstelse som får oss til å strekke oss mot Ham og øke hans mulighet til å nå tilbake til oss. Kanskje han nærer et lønning håp om at vi *vil* være engstelige,' sa hun, 'og *vil* trygle om hans hjelp. Da, tror jeg, kan han undervise disse barna direkte, gjennom oss, uten at vi setter oss imot det. Jeg

liker denne tanken,' avslutter hun. 'Den gir meg håp. Hvis jeg kan leve rettferdig for min Fader i himmelen, kan han kanskje uhindret veilede våre barn. Kanskje det da svært bokstavelig kan bli *hans* gjerning og *hans* herlighet.'" (*Lys over Norge*, juli 1997, s. 34–36.)

Innby dem du underviser, til å fortelle om sine følelser for hvordan mødre deltar i Guds verk.

En mor er først og fremst ansvarlig for å ha omsorg for sine barn.

Be deltakerne slå opp på s. IV i studieheftet. Henled oppmerksomheten på følgende uttalelse i 7. avsnitt av familieerklæringen: "En mor er først og fremst ansvarlig for å ha omsorg for sine barn."

- På hvilken måte viser mødre sine barn omsorg? (Oppmuntre deltakerne til å fortelle om erfaringer som viser mødres innflytelse til det gode. Gjengi deretter nedenstående uttalelser.)

Eldste Richard G. Scott i De tolv apostlers quorum sa: "Som mor veiledet av Herren vever du inn en karakter i dine barn med sannhetens tråder ved at du gir dem omhyggelig opplæring og er et verdig eksempel. Du preger inn i dine tillitsfulle barns sinn og hjerter ærlighet, tro på Gud, plikttroskap, respekt for andre, vennlighet, selvtillit, et ønske om å yte noe, lære og gi. Intet daghjem kan gjøre det. Det er din hellige rett og ditt privilegium. (*Lys over Norge*, jan. 1997, s. 71–72.)

President Boyd K. Packer, fungerende president i De tolv apostlers quorum, har gjort denne iakttagelsen: "Ingen undervisning kan måle seg med, er mer åndelig givende eller mer opphøyende enn den en mor gir sine barn." ("Undervis barna", *Liahona*, mai 2000, s. 21.)

For å finne flere forslag til hvordan mødre kan dra omsorg for sine barn, ber du deltakerne slå opp på s. 45–47 i studieheftet. Be dem finne president Ezra Taft Bensons 10 forslag til hva mødre kan gjøre for å tilbringe kvalitetstid sammen med sine barn. Etter hvert som deltakerne finner disse forslagene skriver du dem på tavlen som vist nedenfor. Drøft fordelene ved å følge hvert av forslagene.

1. Vær alltid der.	6. Vær sammen ved måltidene.
2. Vær en virkelig venn.	7. Les i Skriften daglig.
3. Les for barna.	8. Gjør ting sammen som familie.
4. Be sammen med barna.	9. Undervis dine barn.
5. Ha familiens hjemmefest hver uke.	10. Ha virkelig kjærlighet til dine barn.

Fremhev at profeter i de siste dager har understreket viktigheten av at mødre er hjemme med barna sine fremfor å gå ut i arbeidslivet. Gjengi denne uttalelsen av president Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president:

"Det finnes kvinner (det har faktisk blitt mange) som må arbeide for å forsørge familien. Til dere sier jeg: Gjør deres beste. Hvis dere arbeider i heltidsjobb, håper jeg dere gjør det for å kunne dekke de grunnleggende behov og ikke bare fordi dere ønsker et flott hus, kostbare biler og annen luksus. Den største innsats en mor noen gang kan gjøre, er å oppfostre, undervise, oppløfte, oppmuntre og oppdra sine barn i rettferdighet og sannhet. Det er ingen annen som fullt ut kan ta hennes plass." (*Lys over Norge*, jan. 1997, s. 66.)

- Hva vil en familie måtte ofre for å etterleve dette rådet?

Som konklusjon på denne delen av leksjonen, gjengir du det ene eller begge følgende sitater:

Mens president Gordon B. Hinckley var førsterådgiver i Det første presidentskap, sa han: "Jeg vil minne mødre overalt på hvor hellig deres kall er. Ingen andre kan fylle deres plass. Intet ansvar er større, ingen forpliktelse mer bindende enn at dere oppdrar dem dere har satt til verden, i kjærlighet og fred og integritet." (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 57.)

Eldste Jeffrey R. Holland sa følgende i en tale til mødre: "Dere fører videre Evas storslagne tradisjon, hun som er hele den menneskelige families mor, hun som forsto at hun og Adam *måtte* falle for at 'mennesket skulle bli til' [2. Ne. 2:25] og skulle føle glede. Dere fører videre Saras og Rebekkas og Rakels storslagne tradisjon. Uten dem kunne vi ikke hatt de enestående patriarkalske løftene til Abraham, Isak og Jakob, som er til velsignelse for oss alle. Dere fører videre den storslagne tradisjonen til Lois og Eunike [se 2. Tim. 1:5] og de 2000 unge krigeres mødre. Dere fører videre Marias storslagne tradisjon, hun som ble utvalgt og forutordinert før verden ble til, til å unnfange, bære frem og føde Guds egen Sønn. Vi takker dere alle, også våre egne mødre, og forteller dere at det ikke er noe viktigere i denne verden enn å delta så direkte i Guds gjerning og herlighet som dere gjør ved å tilveiebringe dødelighet og jordeliv for hans døtre og sønner, slik at udødelighet og evig liv kan oppnås i himmelens celestiale rike." (*Lys over Norge*, juli 1997, s. 35–36, se også s. 44–45 i deltakernes studiehefte.)

Fedre og mødre skal hjelpe hverandre som likeverdige partnere.

Merk: *Hvis du kun underviser i denne leksjonen og ikke har undervist leksjon 10, skulle du overveie å begynne denne delen av leksjonen med uttalelsen av president Boyd K. Packer på s. 49 i denne boken.*

Henvi deltakerne til følgende uttalelse i familieerklæringen: "I [sine] hellige ansvarsoppgaver er fedre og mødre forpliktet til å hjelpe hverandre som likeverdige partnere."

- Hva betyr det for mann og hustru å være likeverdige partnere i sine ansvarsoppgaver?

Påpek at mann og hustru som arbeider sammen som likeverdige partnere, er sammen om arbeidet. De vil støtte hverandre og dra nytte av hverandres styrke og talenter. Ethvert ektepar kan motta Herrens veiledning med hensyn til hvordan de kan støtte hverandre i ansvaret. De kan ta avgjørelser på grunnlag av guddommelig åpenbarte prinsipper og den enkelte partners unike sterke sider og evner.

- Hva kan en ektemann gjøre for å støtte sin hustru i hennes ansvar for omsorgen av barna?
- Hva kan en hustru gjøre for å støtte sin mann i hans ansvar for å presidere og forsørge?
- Hvilke eksempler har du sett på at mann og hustru støtter hverandre effektivt i omsorgen for og undervisningen av sine barn?

Konklusjon

Les Lære og pakter 64:33–34 sammen med deltakerne.

- Hvordan angår dette skriftstedet fars og mors ansvar?

Understrek at mødre og fedre virkelig "legger grunnvollen til et stort verk". De daglige gjøremålene som er forbundet med å oppdra barn, kan noen ganger synes små og ubetydelige, men "ut av ringe ting kommer det som er stort". Når fedre og mødre arbeider sammen for å oppfylle sitt hellige ansvar, vil deres familie motta store velsignelser fra Herren.

Bær vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelse om de sannheter dere har drøftet i denne leksjonen.

Henvis til s. 43–47 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Fordi hun er mor", av eldste Jeffrey R. Holland, og "Til mødrene i Sion", av president Ezra Taft Benson. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

UNDERVIS BARNNA VED EKSEMPEL OG INSTRUKSJON

LEKSJON

12

Formål	Å hjelpe deltakerne å forstå at foreldre har ansvar for å undervise sine barn ved eksempel og instruksjon og å søke guddommelig inspirasjon i alt de gjør for å undervise.
Forberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Når du forbereder deg til å undervise, så se etter måter å følge prinsippene på som står oppført under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken).2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Tenk over, som en del av din forberedelse, hvordan du kan hjelpe deltakerne å anvende disse læresetningene og prinsippene, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov.3. Hvis <i>Idébok for familiens hjemmeaften</i> (31106 170) er tilgjengelig, studerer du "Å undervise ved eksempel", på s. 272–74, og "Å snakke barn til fornuft", s. 274. Overvei å vise til disse artiklene i løpet av leksjonen.
Forslag til gjennomgåelse	<p>Foreldre har ansvar for å undervise sine barn.</p> <p>Gjengi følgende historie som president Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president, har fortalt:</p> <p>"Ikke så lenge etter at vi giftet oss, bygget vi vårt første hus. Vi hadde svært lite penger. Jeg gjorde mye av arbeidet selv... Tomten utenfor huset var helt og holdent mitt ansvarsområde. Det første av mange trær jeg plantet, var en torneløs korstorn... Det var bare et bitte lite tre, stammen var kanskje 2 cm i diameter. Det var så smidig at jeg lett kunne bøye det i alle retninger. Jeg viet det ikke så stor oppmerksomhet etter som årene gikk.</p> <p>Så en vinterdag da treet sto uten blader, kikket jeg tilfeldigvis på det gjennom vinduet. Jeg la merke til at det hullet mot vest, ute av fasong og balanse. Jeg trodde nesten ikke mine egne øyne. Jeg gikk ut og tok spenntak for å skyve det opp i rett stilling. Men stammen var nå blitt nesten 30 cm i diameter, og kref-tene mine var ingenting mot den...</p> <p>Dengang jeg plantet det, kunne en hyssing ha holdt det på plass mot vinden. Jeg kunne og burde med svært liten innsats ha bundet det opp med den hyssingen, men jeg gjorde det ikke, og det bøyd seg for de kreftene det ble utsatt for." (<i>Teachings of Gordon B. Hinckley</i> [1997], s. 419–20.)</p> <ul style="list-style-type: none">• Hvordan kan president Hinckleys erfaring overføres på foreldres ansvar for å undervise sine barn? (Mens deltakerne diskuterer dette spørsmålet, kan du lese Ordspr. 22:6 sammen med dem.) <p>Under henvisning til erfaringen med treet sa president Hinckley: "Jeg har sett lignende ting, mange ganger, hos barn som jeg har lagt merke til. De forel-</p>

drene som bragte dem inn i verden, synes nærmest å ha frasagt seg ansvaret. Følgene har vært tragiske. Noen få enkle forankringer ville ha gitt dem styrke til å stå imot de krefter som har formet deres liv." (*Teachings of Gordon B. Hinckley*, s. 420.)

Forklar at Herren har gitt foreldre en hellig plikt til å undervise sine barn. Dette ansvaret må ikke tas lett på eller overlates til andre. Eldste M. Russell Ballard i De tolv apostlers quorum understreket:

"Vi kan ikke og må ikke la skolen, samfunnet, fjernsynet eller endog Kirkens organisasjoner fastsette våre barns verdinormer. Herren har lagt denne plikt på mødre og fedre. Det er en plikt vi ikke kan unnsnippe og som ikke kan delegeres. Andre kan hjelpe til, men foreldrene er de ansvarlige. Derfor må vi verne om vårt hjemms hellighet, for det er der barna utvikler de verdinormer, holdninger og vaner de skal anvende i dagliglivet." (*Lys over Norge*, juli 1991, s. 76.)

- Hvorfor er det av største viktighet at foreldre underviser sine barn fremfor å overlate dette ansvaret til andre? Hva står i fare når foreldre unnlater å oppfylle dette ansvaret?
- På hvilke områder kan medlemmer av vår utvidede familie, som besteforeldre, tanter og onkler, støtte opp om foreldrenes undervisning?

Foreldre kan motta inspirasjon når de underviser sine barn.

Be deltakerne slå opp i Lære og pakter 42:14. Forklar at dette verset inneholder et viktig virkemiddel for foreldre når de underviser sine barn. Les så verset for deltakerne.

- Hvilket virkemiddel finner vi i dette verset? (Vi må undervise ved Ånden.) Hva vil det si å undervise ved Ånden?

Les 2. Nephi 32:5 og 33:1 sammen med deltakerne. Påpek at Ånden, Den hellige ånd, kan hjelpe oss å vite hva vi skal gjøre og si. Når foreldre underviser i henhold til Den hellige ånds tilskyndelser, vil Den hellige ånd føre budskapet inn i barnas hjerter.

Gjengi følgende rettleiding fra president Gordon B. Hinckley:

"Foreldre, elsk deres barn. Vern om dem. De er så dyrebare. De er så meget, meget viktige. De er fremtiden. Dere trenger mer enn deres egen visdom for å oppdra dem. Dere trenger Herrens hjelp. Be om denne hjelpen og følg den inspirasjonen dere får." (*Lys over Norge*, jan. 1996, s. 89.)

- Hvorfor trenger foreldre inspirasjon når de underviser sine barn? Hva kan foreldre gjøre for å innby Den hellige ånds innflytelse når de underviser sine barn?

Gjengi følgende historie som ble fortalt av eldste F. Enzo Busche i De sytti:

"En dag da omstendighetene gjorde det nødvendig å være hjemme på et uvanlig tidspunkt, ble jeg fra et annet rom vitne til at vår 11-årige sønn, som nettopp hadde kommet hjem fra skolen, rettet noen stygge ord til sin søster. Det var ord som virket støtende på meg—ord som jeg aldri hadde trodd min sønn ville uttale. Min første naturlige reaksjon i min vrede var å reise meg og gripe tak i ham. Heldigvis måtte jeg gå gjennom rommet og åpne en dør før jeg kunne nå ham, og jeg husker at jeg i disse sekundene ba inderlig til min himmelske Fader om å

hjelpe meg å håndtere denne situasjonen. Det falt en fred over meg. Jeg var ikke lenger sint.

Vår sønn, som var sjokkert over å se at jeg var hjemme, var full av frykt da jeg kom mot ham. Til min forundring hørte jeg meg selv si: 'Velkommen hjem, gutten min!' Jeg rakte ham hånden til hilsen, og litt mer formelt ba jeg ham sette seg tett inntil meg i stuen for å ha en personlig samtale. Jeg hørte meg selv fortelle at jeg var glad i ham. Jeg snakket med ham om den kamp hver enkelt av oss må kjempe hver dag inni oss.

Da jeg ga uttrykk for min tillit til ham, tok han til tårene og bekjente sin uverdighet og fordømte seg selv i sterke ordelag. Nå var det min oppgave å sette hans overtredelse i riktig perspektiv og trøste ham. Det falt en god ånd over oss, og det endte med at vi gråt sammen og holdt rundt hverandre i kjærlighet og til slutt i glede. Det som kunne ha blitt en ødeleggende konfrontasjon mellom far og sønn, ble ved hjelp av en kraft fra oven en av de fineste opplevelser i vårt forhold som ingen av oss noen gang har glemt." (*Lys over Norge*, okt. 1982, s. 142.)

- Hva kunne følgen blitt hvis denne faren hadde fulgt impulsen til å handle i sinne?

Be deltakerne fortelle om erfaringer med at Den hellige ånd ledet dem til å undervise eller hjelpe et barn på en spesiell måte—kanskje en måte som de til å begynne med ikke hadde planlagt.

- Hva kan foreldre gjøre for å forberede seg til å motta Den hellige ånds veiledning? (Når deltakerne skal drøfte dette spørsmålet, kan du oppfordre dem til å lese noen av eller alle følgende skriftsteder: Alma 17:2–3, L&p 11:21, 20:77, 121:45–46, 136:33.)

Foreldre underviser ved eksempel og instruksjon.

Forklar at foreldre underviser sine barn på to vanlige måter: Ved sitt eksempel og med ord.

- På hvilke måter gir eksempler ordene mer betydning når foreldre underviser sine barn?

La deltakerne lese følgende uttalelse av eldste James E. Faust mens han virket i De tolv apostlers quorum (s. 49 i deltakernes studieveiledning):

"Når foreldre prøver å lære sine barn å unngå fare, er det ingen løsning å si til dem: 'Vi har erfaring og kjenner verden, og vi kan bevege oss nærmere kanten av stupet enn dere.' Hyklerske foreldre kan gjøre barn kyniske og få dem til å miste troen på det de blir lært hjemme. Når foreldre f.eks. ser filmer som de forbyr sine barn å se, minsker foreldrenes troverdighet. Hvis man forventer at barna skal være ærlige, må foreldrene være ærlige. Hvis man forventer at barna skal være dydige, må foreldrene være dydige. Hvis du forventer at dine barn skal være hederlige, må du selv være hederlig." (*Lys over Norge*, jan. 1991, s. 32.)

- Hva kan foreldre gjøre for å lære barna prinsipper i evangeliet ved eksempel?

Mens biskop Robert D. Hales var Kirkens presiderende biskop, uttalte han: "Når jeg tenker på forholdet til min egen familie, ...kan jeg ikke unngå å vende tilbake til det eksemplet mine foreldre viste meg." (*Lys over Norge*, jan.

1994, s. 8.) Disse minnene viser hvordan biskop Hales fikk lærdom fra sine foreldre:

"Min far lærte meg respekt for prestedømmet. Mens jeg virket i Det aronske prestedømme, delte vi ut nadverden på nadverdsbrett av rustfritt stål, som på grunn av vannsøl ofte fikk matte flekker. Som bærer av Det aronske prestedømme var jeg ansvarlig for å hjelpe til med å forberede nadverden. Far ba meg ta brettene med hjem, og sammen pusset vi dem med stålull til alle brettene skinte. Da jeg delte ut nadverden, visste jeg at jeg hadde vært med på å gjøre ordinansen litt mer hellig." (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 9.)

"Jeg er takknemlig for en mor som viet sitt liv til mann og barn—en mor som underviste ved eksempel. Jeg er takknemlig for hennes trofaste arbeid i Hjelpeforeningen i over tredve år. Da jeg var 16 og nettopp hadde fått førerkort, fikk jeg anledning til å lære av henne, for hun tok meg med da hun hjalp biskopen med omsorgsarbeidet for fattige og trengende." (*Lys over Norge*, juli 1992, s. 61.)

- Hvilke anledninger har foreldre til å undervise sine barn ved ord?

Når deltakerne drøfter dette spørsmålet, forklarer du at familieboønn, familie-skriftstudium og familiens hjemmeaften vil bli behandlet i leksjon 16. I tillegg til disse etablerte undervisningsanledningene oppstår mange anledninger i dagliglivet, uten at de planlegges. Disse kan bli gode anledninger til å undervise fordi de er nært knyttet til det barna opplever. Fordi slike anledninger kan komme og forsvinne raskt, trenger foreldrene å bli oppmerksom på dem og være beredt til å undervise i prinsipper som barna er rede til å lære.

- Hvilke ikke-planlagte anledninger til å undervise kan foreldre være på utkikk etter? (Hvis deltakerne har vanskeligheter med å besvare dette spørsmålet, kan du overveie følgende forslag for å stimulere til diskusjon.)

Foreldre kan finne anledninger til å undervise når barna har spørsmål og bekymringer, problemer med å komme overens med søsken eller venner, anledninger til å treffe beslutninger, eller er opptatt av ting som presenteres i media. Andre anledninger til å undervise oppstår når barna trenger å lære av sine feil, når de yter tjeneste, når de trenger å styre sitt temperament eller når de trenger hjelp til å gjenkjenne Den hellige ånds innflytelse.

- På hvilke måter kan familierutiner som måltider og sengetid gi anledninger til å undervise?
- På hvilke måter kan tid med barna på tomannshånd gi foreldrene anledninger til å undervise? Hva kan foreldre gjøre for å sikre at de tilbringer tid sammen med sine barn på tomannshånd?
- Hva har du kunnet lære barna i ikke-planlagt undervisningsøyeblikk?

Forklar at de neste fire leksjonene i dette kurset vil omhandle prinsipper som foreldrene skulle lære sine barn, og hvilke anledninger foreldrene har til å undervise.

Konklusjon

Understrek at når foreldrene søker veiledning fra Herren, vil han lede dem i deres bestrebelser på å undervise barna. Foreldrene må utvise flid og være konsekvente i sine bestrebelser på å undervise ved sitt eksempel og ved det de sier.

Bær vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelse om de sannheter dere har drøftet i denne leksjonen.

Henvis til s. 48–53 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artiklene "Den største utfordring i verden—å være gode foreldre", av eldste James E. Faust og "Et bord omgitt av kjærlighet", av eldste LeGrand R. Curtis. Påpek at foreldre kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

Formål Å hjelpe deltakerne til å få et sterkere ønske om og større evne til å undervise sine barn om evangeliets grunnleggende prinsipper og ordinanser.

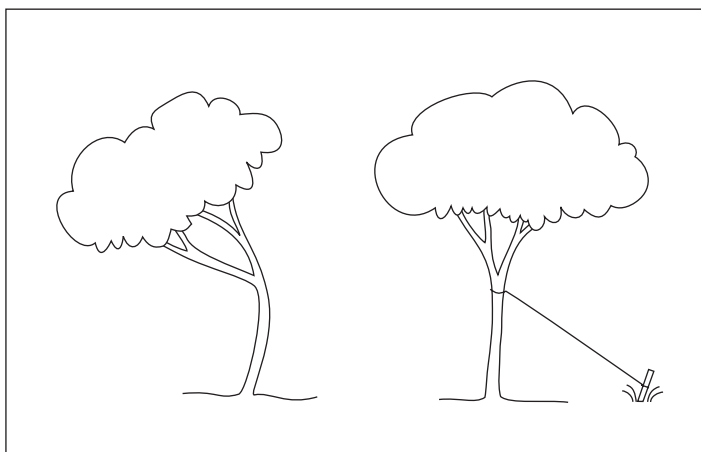
Forberedelse

1. Overvei hvordan du kan anvende prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken).
2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Tenk gjennom uken på måter du kan undervise i disse læresetningene og prinsippene på, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov.

Forslag til gjennomgåelse

Foreldrenes undervisning kan hjelpe barna å stå sterke i troen.

Tegn følgende bilder på tavlen:



- Hva representerer disse to bildene? Hva forteller bildene om å oppdra barn?

Hvis deltakerne har vanskelig for å besvare spørsmålene, kan du minne dem på president Hinckleys historie om at han plantet et tre, i leksjon 12. (Hvis du underviser i denne leksjonen separat og ikke har undervist i leksjon 12, forteller du historien på s. 57 før dere diskuterer bildene på tavlen.)

Treet til venstre representerer et barn som går bort fra evangeliet fordi hans eller hennes foreldre ikke har undervist i og etterlevd evangeliet i hjemmet. Treet til høyre representerer et barn som tilegner seg evangeliet ved foreldrenes ord og eksempel. Når det blåser kraftig vind, vil et ungt tre som støttes av en hyssing, fortsette å vokse rett. På samme måte er det sannsynlig at barn vil stå sterke i troen når foreldrene har lært dem enkle prinsipper i evangeliet.

Les Lære og pakter 68:25–28 sammen med deltakerne.

- Hva krever Herren ifølge disse versene at foreldre skal lære sine barn? (Skriv deltakernes svar på tavlen som vist nedenfor.)

Tro på Jesus Kristus
 Omvendelse
 Dåp
 Å motta Den hellige ånd
 Bønn
 Å vandre rettskaffent for Herren

- Hvorfor er det viktig at foreldre lærer sine barn disse prinsippene og ordinansene mens barna er små?

Mens Robert D. Hales var Kirkens presiderende biskop, forklarte han: "Barn som lærer å be og som ber sammen med sine foreldre når de er små, vil med større sannsynlighet be når de blir eldre. De som mens de er unge lærer å elske Gud og tro at han lever, vil ofte fortsette sin åndelige utvikling og få større kjærlighet etterhvert som de modnes." (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 9.)

Foreldre skal undervise sine barn i evangeliets første prinsipper og ordinanser.

Bruk følgende spørsmål som grunnlag for å diskutere hvordan foreldre kan hjelpe sine barn å anvende prinsippene tro og omvendelse og forberede seg til å bli døpt og motta Den hellige ånds gave. Styr diskusjonen og oppmuntre deltakerne til å gi eksempler fra sitt eget liv.

- For å utøve tro på Jesus Kristus må vi ha riktig forståelse av hans karakter og egenskaper. Hva kan foreldre gjøre for å hjelpe sine barn å forstå Frelserens karakter og egenskaper?
- Repeter kort beretningene om Jesus som helbreder Jairus' datter (Mark. 5:21–24, 35–43) og Nephi som etterkommer befalingen om å hente messingplatene (1. Ne. 3:1–7). Hvordan kan disse beretningene fra Skriften få barn til å utøve tro på Jesus Kristus?
- Hvordan kan det å fortelle om erfaringer fra vårt eget liv bidra til å styrke et barns tro?

Understrek at foreldre må være på utkikk etter anledninger til å lære barna at tro hjelper oss gjennom livets utfordringer og vanskeligheter. Hvis et barn for eksempel har vanskeligheter på skolen eller i forholdet til en venn, skulle foreldrene lese et skriftsted sammen med barnet, hjelpe ham eller henne å be om veiledning og trøst, og hjelpe barnet å forstå hvordan Herren gir hjelp.

- Hvorfor er det viktig at foreldre er på utkikk etter undervisningsanledninger i hverdagen når de forsøker å lære barna sine om omvendelse?

Forklar at når foreldre ser at barna tar ukloke avgjørelser, kan de spørre dem hva de føler for avgjørelsen og hva de kunne ha gjort annerledes. De kan la

barna få rette opp feil og om nødvendig gi uttrykk for anger overfor Herren og dem som er blitt krenket eller såret. Foreldre kan også hjelpe sine barn å gjenkjenne den glede og fred som kommer ved sann omvendelse.

- Repeter kort omvendelsen til Alma den yngre (Mosiah 27, Alma 36) og anti-nephi-lehittene (Alma 23). Hvordan kan disse beretningene i Skriften hjelpe barna å verdsette de velsignelser som omvendelse og tilgivelse er?
- Repeter dåpspakten ved å lese Mosiah 18:8–10 og Lære og pakter 20:37 sammen med deltakerne. Hvordan kan foreldre hjelpe sine barn å forberede seg til å inngå dåpspakten og å holde den?
- Hvordan kan foreldre hjelpe sine barn å se frem til å bli døpt og motta Den hellige ånds gave?

Foreldre skulle "lære sine barn å be og å vandre rettskaffent for Herren".

- Hvorfor er foreldrenes eksempel den største læremester når det gjelder å hjelpe barna å gjøre bønn til en regelmessig del av livet?
- Hvilke andre prinsipper om bønn kan foreldre lære sine barn i tillegg til å foregå med et godt eksempel når det gjelder å holde bønn? (Når deltakerne besvarer dette spørsmålet, kan dere også lese og drøfte følgende skriftsteder og sitat. Oppmuntre deltakerne til å fortelle om erfaringer som er knyttet til disse læresetningene.)

a. Jakobs brev 1:5–6 (Gud vil gi visdom hvis vi ber til ham i tro.)

b. 2. Nephi 32:9 (Vi skulle be alltid. Vi ber til Faderen i Jesu Kristi navn.)

c. Alma 37:37 (Når vi rådfører oss med Herren i alt vi gjør, vil han lede oss til det gode.)

d. 3. Nephi 18:19–21 (Når vi ber til Faderen i Jesu Kristi navn, vil vi få det vi ber om hvis det er rett. Vi skulle be i vår familie.)

e. Lære og pakter 112:10 (Når vi er ydmyke, vil Herren besvare våre bønner.)

Eldste Dallin H. Oaks i De tolv apostlers quorum talte om viktigheten av å bruke "bønnens språk". Han sa at barn kan lære dette språket fra sine foreldre:

"Vi lærer vårt morsmål ganske enkelt ved å lytte til dem som taler det. Det gjelder også det språk som vi bruker når vi henvender oss til vår himmelske Fader. Bønnens språk er lettere og hyggeligere å lære enn noe annet språk. Vi skulle gi våre barn anledning til å lære dette språket ved at de hører sine foreldre bruke det i de forskjellige bønner som daglig holdes i hjemmet." (*Lys over Norge*, juli 1993, s. 17.)

- Hvordan kan foreldre bruke familiebønn som en anledning til å undervise sine barn?
- Hva kan foreldre gjøre for å oppmuntre barna til å holde individuell bønn?
- Herren har sagt at foreldre må lære sine barn å "vandre rettskaffent" for ham (L&P 68:28). På hvilke måter kan foreldre bruke hjemmet og familien som stedet å oppmuntre sine barn til å "vandre rettskaffent for Herren"? (Svarene kan omfatte at foreldre kan lære sine barn å være lydige overfor evangeliets lover og ordinanser og å stå som vitner for Gud til alle tider og på alle steder.)
- Hva kan besteforeldre og andre medlemmer av den utvidede familie gjøre for å hjelpe foreldre med å undervise barna i evangeliets prinsipper? På hvilke

områder har du sett at medlemmer av den utvidede familie kan hjelpe barn ved sitt gode eksempel?

Konklusjon

Fremhev at Gud har pålagt foreldrene ansvar for å lære sine barn rettferdighetens prinsipper. Oppmuntre deltakerne til å gå inn for å etterleve de prinsippene som denne leksjonen omhandler, og å finne bedre måter å undervise barna i disse prinsippene på.

Bær vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelse om de sannheter dere har drøftet i denne leksjonen.

Henvis til s. 54–57 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Det er vår hellige plikt å styrke familien", av eldste Robert D. Hales. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

Formål Å hjelpe deltakerne til å få et sterkere ønske om og større evne til å lære barna medfølelse og tjeneste, ærlighet og respekt for andres eiendom, gleden ved ærlig arbeid, og moralsk renhet.

Forberedelse

1. Overvei hvordan du kan anvende prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken). Se etter måter å anvende disse prinsippene på når du forbereder deg til å undervise.
2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Ha disse i tankene gjennom uken som en del av forberedelsen, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov. Bruk om nødvendig to leksjonsperioder på å undervise i disse prinsippene.
3. Hvis følgende materiell er tilgjengelig, leser du gjennom det og tar det med til klassen:
 - a. *Til styrke for ungdom* (34285 170).
 - b. *Veiledning for foreldre* (31125 170).
 - c. *Idébok for familiens hjemmeaften* (31106 170). Når du ser igjennom denne boken, skulle du være spesielt oppmerksom på avsnittene "Å undervise om ansvar", på s. 275–76, og "Å undervise om forplantning og kyskhhet", på s. 282–86. Overvei å henvise til disse under leksjonen.

Forslag til gjennomgåelse Når foreldre underviser sine barn, viser de at de har kjærlighet til dem.

Fortell om den erfaringen eldste Loren C. Dunn i De sytti fortalte om:

"Da vi som barn vokste opp i et lite samfunn, så min far nødvendigheten av at min bror og jeg måtte lære prinsippet arbeid. Følgelig satte han oss i arbeid på en liten gård i utkanten av byen, hvor han selv hadde vokst opp. Han utga lokalavisen, så han kunne ikke tilbringe så mye tid sammen med oss, bortsett fra tidlig på morgenen og om kvelden. Det var litt av et ansvar for to unge tenåringer, og noen ganger begikk vi feil.

Den lille gården vår var omgitt av andre gårder, og en gårdbruker gikk for å snakke med far en dag for å fortelle ham hva han mente vi gjorde feil. Far lyttet oppmerksomt til det han hadde å si, og så sa han: 'Jim, du forstår ikke. Du skjønner, jeg oppdrar gutter, ikke kuer.' Etter at far var død, fortalte Jim oss denne historien. Jeg er uendelig takknemlig for en far som bestemte seg for å oppdra gutter, og ikke kuer. Tross feilene lærte vi hvordan vi skulle utføre arbeidet på den lille gården, og jeg tror vi alltid var klar over, selv om de aldri sa det med mange ord, at vi var viktigere for mor og far enn kuene og, for den saks skyld viktigere enn noe annet." (*Ensign*, nov. 1974, s. 11.)

- Hva gjør inntrykk på dere i denne historien?

Fremhev at eldste Dunn og hans bror alltid visste at deres foreldre var glad i dem. En måte som foreldre viser at de er glad i sine barn på, er å ta seg tid til å hjelpe dem å lære og å anvende prinsipper i evangeliet. Denne leksjonen omhandler hvordan man kan lære barn fem grunnleggende prinsipper når det gjelder å etterleve evangeliet: medfølelse og tjeneste, ærlighet, respekt for andres eiendom, gleden ved ærlig arbeid, og moralsk renhet.

Foreldre må lære sine barn medfølelse og tjeneste.

Forklar at Frelseren gjennom hele sitt jordeliv forkynte at det var viktig å elske og tjene andre. Han lærte oss dette prinsippet ved ord og ved eksempel.

- Hvilke fordeler har barn som har lært av sine foreldre å elske og tjene andre? (Fortell følgende eksempler i tillegg til å be om svar fra deltakerne.)

President Boyd K. Packer, fungerende president i De tolv apostlers quorum, har gjort denne iakttagelsen:

”I årenes løp har jeg sett en kjær søster yte tjeneste i en målestokk som langt overgår det å undervise eller lede i Kirken. Hun ser et behov, og yter tjeneste— ikke hjelp som ’ring meg hvis dere trenger hjelp’, men ’her er jeg, hva kan jeg gjøre?’ Hun utfører så mange små ting, som å holde noens barn på et møte eller å kjøre et barn til skolen som kom for sent til bussen. Hun er alltid på utkikk etter nye ansikter i kirken og går bort og ønsker dem velkommen...

Hun lærte denne tjenestevilligheten av sin mor. Tjenestevillighetens ånd tilegnes best i hjemmet. Vi må lære våre barn ved eksemplets makt og la dem vite at uselvisk tjeneste er avgjørende for å oppnå lykke. (*Lys over Norge*, jan. 1998, s. 6–7.)

I en familie var det et barn som hadde det vanskelig. For å få ham til å ta fatt i utfordringen oppmuntret foreldrene ham til å utføre en hemmelig tjenestegjerning for et annet familiemedlem hver dag. Da uken var omme, var han blitt mindre opptatt av sine egne vanskeligheter og begynte å føle glede ved de velsignelser og den fred som kommer ved å vise omtanke for andre.

- Hva kan vi lære i hjemmet om tjeneste som vi ikke kan lære noe annet sted?
- Hva kan du foreslå som kan hjelpe foreldre å lære sine barn å tjene andre?

Overvei å skrive deltakernes svar på tavlen. Oppmuntre dem til å fortelle om egne erfaringer. Be dem også komme med idéer til tjenesteaktiviteter for familier. Få frem følgende idéer mens du leder diskusjonen:

- a. Foreldre kan være et eksempel ved å tjene familiemedlemmer, utføre oppdrag i kirken og gi en håndsrekning til andre mennesker omkring seg.
- b. De kan være på utkikk etter anledninger for barna til å tjene familiemedlemmer og andre omkring dem. Selv svært små barn kan føle glede ved å tjene.

Foreldre må lære sine barn ærlighet og respekt for andres eiendom.

Gjengi følgende råd fra president N. Eldon Tanner, som var førsterådgiver i Det første presidentskap:

”Opplæringen i ærlighet begynner i hjemmet. Hver av oss har personlige eiendeler som tilhører oss alene. Vi kan og bør utveksle slike ting som leker, spill og tje-

nester, men vi har penger, smykker eller klær som er hver enkelt eiendom, og dette skulle ikke tas uten eierens samtykke. Et barn som respekterer slik ærlighet i hjemmet, er ikke tilbøyelig til å gå på akkord med dette prinsippet utenfor hjemmet. Hvis barnet på den annen side ikke har fått en slik oppdragelse, vil det kunne utvikle manglende respekt for andres rettigheter og eiendeler." (*Lys over Norge*, okt. 1978, s. 76.)

- Hva kan skje når barn ikke blir opplært til å respektere andres eiendom?
- På hvilke måter kan barna lære i hjemmet å være ærlig og respektere andres eiendom? Når skulle foreldre begynne å undervise sine barn i disse prinsippene?

Foreldre må lære sine barn om belønningene ved ærlig arbeid.

Forklar at Kirkens ledere jevnlig har gitt foreldre rettledning når det gjelder viktigheten av å lære barn å arbeide. Selv om det noen ganger er vanskelig å lære barn å arbeide, skulle foreldrene ikke gi opp å prøve. Eldste L. Tom Perry i De tolv apostlers quorum sa det slik: "Å lære barn gleden ved ærlig arbeid er en av de største av alle gaver du kan skjenke dem." (*Lys over Norge*, jan. 1987, s. 52.)

- Hvilken verdi har det å lære barn prinsippene arbeid og flid når de er små? Hvordan kan foreldre lære sine barn å arbeide? (Når deltakerne drøfter dette spørsmålet, oppmuntrer du dem til å fortelle om eksempler fra sitt eget liv. Overvei å nevne følgende idéer for å få igang diskusjonen.)
 - a. Være et eksempel for barna ved å ta del i husarbeidet med et muntert sinn.
 - b. Tildel barna ansvar i forhold til deres evner.
 - c. Ta seg tid til å lære barna hvordan de kan klare oppgaven.
 - d. Takke barna for hjelpen.

Les den ene av eller begge følgende uttalelser:

President Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president, ga denne rettledningen: "Barn trenger å arbeide side ved side med sine foreldre—vaske opp sammen med dem, vaske gulver sammen med dem, klippe plenen, beskjære trær og busker, male og fikse opp og rydde opp og gjøre hundre andre ting, slik at de kan lære at arbeid er prisen for å ha det rent rundt seg og for fremgang og velstand." (*Teachings of Gordon B. Hinckley* [1997], s. 707.)

Da eldste James E. Faust var i De tolv apostlers quorum, uttalte han: "En meget viktig del av det å lære barn disiplin og ansvar er å la dem lære å arbeide... De beste lærere når det gjelder prinsippet arbeid, er foreldrene selv. For meg ble arbeid en glede da jeg fra først av arbeidet sammen med min far, bestefar, onkler og brødre. Jeg er sikker på at jeg ofte var mer til bry enn til hjelp, men jeg har gode minner fra den gang, og det jeg lærte, var verdifullt. Barn trenger å lære ansvar og selvstendighet. Tar foreldrene selv tid til å vise og demonstrere og forklare, slik at barna—som Nephi forkynte—kan 'handle for seg selv og ikke påvirket'? (2. Nephi 2:26). (*Lys over Norge*, jan. 1991, s. 33. Se også deltakernes studieveiledning, s. 00 [50].)

- Hvorfor er det viktig at barn får arbeide side om side med foreldrene og andre familiemedlemmer? På hvilke måter påvirkes forholdet ved at familiemedlemmer arbeider sammen?

- Hva er noen belønninger for ærlig arbeid? (Svarene kan omfatte de nedenstående.)
 - a. Tilfredsstillelse og glede over å ha gjort en god jobb
 - b. En følelse av å ha utrettet noe
 - c. Opplæring i viktige praktiske ferdigheter
 - d. Forståelse av at man er verd noe
 - e. Materielle belønninger som akademiske æresbevisninger og økonomiske fordeler
- På hvilke måter er arbeid en åndelig så vel som en timelig velsignelse?
- Hva kan foreldre gjøre for å hjelpe sine barn å tjene penger og bruke dem fornuftig? Hvordan kan foreldre hjelpe sine barn å holde en balanse mellom ansettelsesforhold og andre typer arbeid, som oppgaver i Kirken, skolearbeid og plikter i hjemmet?
- Hva er noen av faremomentene ved at foreldre lar sine barn slippe ansvar for å arbeide?

Eldste Neal A. Maxwell i De tolv apostlers quorum har sagt:

"Arbeidets evangelium er en del av 'evangeliets fylde'. Selv om misjonærarbeid gir stor glede, er det arbeid. Selv om tempelarbeid gir glede, er det arbeid. Noen av våre nærmest ubeskjeftigede unge arbeider riktignok, men dessverre mest med å forsøke å behage seg selv...

Vær forsiktige ... når dere i for sterk grad ønsker at deres barn skal ha det bedre enn dere selv hadde det. Gjør imidlertid ikke saken verre ved å ta bort kravet om en rimelig arbeidsinnsats som en del av barnas erfaringsgrunnlag og derved utestenge dem fra nettopp det som hjalp dere til å bli det dere er!"
(*Lys over Norge*, juli 1998, s. 39.)

Foreldre må lære sine barn moralsk renhet.

Understrek at foreldre har en forpliktelse på seg til å lære sine barn Herrens normer for moralsk renhet. Det vil hjelpe barna til å stå imot fristelse.

- Hvorfor skulle foreldrene ta initiativ til å snakke om moralsk renhet og seksualitet med barna? Hva risikeres når foreldrene ikke tar et slikt initiativ?

Påpek at barn i dagens verden ikke kan unngå å høre om sex. Men mye av det de hører i verden, nører opp under misbruk av den hellige forplantningsevnen. Barn, og spesielt tenåringer, har behov for nøyaktig informasjon og sann lære om disse temaene. Foreldrene må hjelpe dem til å få styrke til å stå imot verdens falske lære. De må undervise sine barn om Herrens plan for bruk av forplantningsevnen.

Innby deltakere som er foreldre, til å fortelle om vellykkede erfaringer de har hatt med å undervise barna om disse temaene. I tillegg til å be om svar fra deltakerne kan du gjengi følgende prinsipper:

Svært små barn skulle gis en klar og enkel informasjon om sitt legemes hellige natur. Den forståelsen hjelper dem å beskytte seg mot personer som måtte forsøke å utnytte dem. Når barna begynner å nærme seg pubertetsalderen, skulle foreldrene omhyggelig forklare dem hvilke forandringer som vil skje i kroppen deres. De skulle forklare at det å modnes fysisk er normalt og en del av Guds plan.

Foreldre skulle også hjelpe sine barn til å forstå at seksualitet er en fin ting når den brukes innenfor de grenser som Herren har satt, men en alvorlig synd når den brukes i strid med Herrens befalinger. Tenåringer trenger klare retningslinjer fra sine foreldre om Herrens normer.

Vis heftet *Til styrke for ungdom*. Forklar at det er et utmerket hjelpemiddel for ungdom og deres foreldre. Det informerer om Kirkens normer for stevnemøter, påkledning, språkbruk, media, musikk og dans. Oppfordre foreldrene til å lese og drøfte dette heftet individuelt med hvert av sine barn tidlig i ungdomsalder. Det gjør det lett for foreldre å ta opp temaer som kan være vanskelig å snakke om. Det gir også de unge anledning til å stille konkrete spørsmål om moralnormene. Gjengi følgende utdrag fra s. 12–13 i heftet:

”Vår himmelske Fader har gitt det råd at seksuell intimitet skal forbeholdes hans barn innenfor ekteskapets ramme. Det fysiske forholdet mellom mann og hustru kan være vakkert og hellig. Det er forordnet av Gud for å bringe barn til verden og for å være et uttrykk for kjærlighet i ekteskapet: ’Derfor skal mannen forlate sin far og mor og bli hos sin hustru, og de skal være ett kjød’ (1. Mosebok 2:24).

Fordi seksuell intimitet er så hellig, krever Herren selvkontroll og renhet før ekteskapet så vel som fullstendig trofasthet i ekteskapet. Behandle din kjæreste med respekt, og forvent at din kjæreste viser deg den samme respekt. Behandle aldri din kjæreste som en bruksgjenstand for ditt eget begjær og ego. Upassende fysisk kontakt kan føre til tap av selvkontroll. Sørg for alltid å ha kontroll over deg selv og dine kroppsfølelser.

Herren forbyr helt konkret visse former for adferd. Dette omfatter all seksuell omgang før ekteskapet, erotisk kjæling og klining, seksuell perversitet (som homoseksualitet, voldtekt og incest) og selvtilfredsstillelse, og å være opptatt av sex i tanke, ord og handling...

Homoseksualitet og lesbisitet er syndig og avskyelig i Herrens øyne (se Romerbrevet 1:26–27, 31). Unaturlig kjærlighet som også omfatter kjærlighet til personer av samme kjønn, strider mot Guds evige plan for sine barn. Du er pålagt ansvar for å velge riktig. Enten begjær eller lyster er rettet mot ditt eget eller det motsatte kjønn, kan de lede til alvorligere synder. Enhver siste-dagers-hellig må lære å kontrollere og disiplinere seg selv.”

Vis frem *Veiledning for foreldre* og *Idébok for familiens hjemmeaften*. Forklar at disse hjelpemidlene gir hjelp til foreldre som søker å undervise sine barn om kyskhets. *Veiledning for foreldre* er i sin helhet viet dette emnet. *Idébok for familiens hjemmeaften* behandler emnet på s. 282–86.

Fremhev at når foreldrene snakker med sine barn om seksualitet, kan de bære vitnesbyrd om at moralsk renhet leder til glede og fred.

- Hvorfor er det nødvendig at foreldre er eksempler på moralsk renhet i tillegg til å undervise om det? På hvilke måter kan foreldre være et eksempel på moralsk renhet?

Påpek at barn kan lære sanne prinsipper for moralsk renhet ved måten deres foreldre behandler hverandre på, ved hva slags litteratur og andre media foreldrene tillater i hjemmet og ved hvordan foreldrene omtaler den hellige forplantningsevnen.

Konklusjon

Understrek at foreldre har ansvar for å lære sine barn rettferdige prinsipper. Oppmuntre deltakerne til å søke å etterleve de prinsippene som er behandlet i denne leksjonen, og å finne ut hvordan de kan undervise barna bedre om disse prinsippene.

Bær vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelse om de sannheter dere har drøftet i denne leksjonen.

Henvis til s. 58–63 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Undervis barna", av president Boyd K. Packer. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

HVORDAN VEILEDE BARNA NÅR DE SKAL TA AVGJØRELSER

Formål	Å undervise i prinsipper som vil hjelpe foreldre å veilede sine barn når de skal ta avgjørelser.
Forberedelse	<ol style="list-style-type: none"> 1. Overvei hvordan du kan anvende prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken). 2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Disse angir leksjonens læresetninger og prinsipper. Tenk over, som en del av forberedelsen, hvordan du kan hjelpe deltakerne å anvende disse læresetningene og prinsippene, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov. 3. Hvis <i>Idébok for familiens hjemmeaften</i> (31106 170) er tilgjengelig, leser du "Handlefrihet—nøkkelen til vekst", på s. 269–70, og "Å vinne tilbake et bortkommet barn", på s. 281. Overvei å henvise til disse artiklene under leksjonen. 4. Ta med en liten sten til klassen. Du vil bruke den i siste del av leksjonen.

Forslag til gjennomgåelse

Barn trenger veiledning når de skal ta avgjørelser.

Les dette diktet, som president Thomas S. Monson i Det første presidentskap siterte i en konferansetale:

Ved krysset sto han alene,
med sitt ansikt mot solen vendt.
Uten tanke på den ukjente verdens scene –
mot manndoms mål var han sendt.
Men – veien mot øst, eller veien mot vest?
Han visste ikke hvilken vei som var best,
så han valgte veien som førte til lede
og tapte løpet og seierens glede.
Han ble fanget i en truende snare
fordi ingen sto ved krysset da han skulle fare,
for å vise ham den beste vei.

En annen dag, på det selvsamme sted,
en gutt med store håp hadde stått.
Mot manndoms mål også han var med.
Også han søkte alt som var godt.
Men én var der som visste hvor veiene endte,
og ham ut på den riktige veien sendte.
Han vendte seg bort fra veien som førte til lede,
og han vant løpet og seierens glede.
Han vandrer i dag den rettferdige lei
fordi en sto ved krysset og viste vei til et bedre sted og et bedre liv.
[sit. fra *Central Christian Monitor*, i *Lys over Norge*, jan. 1994, s. 46–47].

Forklar at barn og ungdom ofte står ved veiskiller—når de står overfor avgjørelser som kan ha varig virkning på deres liv. Foreldrene, som kjenner veiene, skulle være der og hjelpe barna å ta de riktige avgjørelsene. Selv når foreldrene ikke kan være hos barna sine i avgjørelsens stund, skulle barna være i stand til å motta veiledning og stole på Den hellige ånds tilskyndelser fordi de husker hva foreldrene har lært dem.

Foreldrene kan hjelpe barna å bruke sin handlefrihet på riktig måte.

Forklar at handlefrihet er en av vår himmelske Faders største gaver til oss. Handlefrihet er makt til å velge og handle for oss selv. Det er ved handlefrihet vi kan velge å følge Frelseren og motta det evige livs velsignelser (se 2. Nephi 2:25–28).

Les Lære og pakter 58:27–28 sammen med deltakerne.

- Hvordan angår disse versene foreldre med hensyn til å hjelpe barna med å ta avgjørelser?
- Hvilke fordeler er det ved å la barna få ta avgjørelser?

Det materialet som følger, inneholder prinsipper foreldrene kan følge for å hjelpe sine barn å utøve sin handlefrihet på en rettfærdig måte. Drøft disse prinsippene med deltakerne.

Undervis barna om vår himmelske Faders store plan for lykke.

Les dette utdraget fra Alma 12:32 sammen med deltakerne:

”Derfor ga Gud dem befalinger etter å ha gjort dem bekjent med forløsningsplanen.”

- Hvorfor er det betegnende at Gud ga befalinger *etter* å ha gjort forløsningsplanen kjent? Hvordan kan dette prinsippet overføres på foreldres bestrebelser på å oppmuntre sine barn til å være lydige mot befalingene?

Eldste Boyd K. Packer i De tolv apostlers quorum har uttalt:

”De unge undres ’hvorfor?’—Hvorfor befales vi å *gjøre* noe, og hvorfor befales vi å *ikke* gjøre andre ting? Kunnskap om planen for lykke ... kan gi de unge svar...

Du vil ikke være hos barna dine i fristelsens stund. I disse farlige øyeblikkene må de sette sin lit til egne ressurser. Hvis de kan plassere seg selv innenfor evangeliets plan, vil de få enorm styrke.

Planen er verd å bli gjentatt på nytt og på nytt. Da vil livets hensikt, Forløserens eksistens og grunnen til befalingene sitte i dem.

Deres studium av evangeliet, deres livserfaringer, vil tilføyes et stadig voksende vitnesbyrd om Kristus, forsoningen og evangeliets gjengivelse.” (*The Great Plan of Happiness* [tale til religionslærere, 10. aug. 1993], s. 3.)

Gi barna klare retningslinjer basert på prinsipper i evangeliet.

Forklar at foreldre skulle gi sine barn klare retningslinjer å forholde seg til når de skal ta avgjørelser. Det innebærer å undervise i evangeliet og fastsette normer for oppførsel i hjemmet. Eldste Joe J. Christensen i De sytti sa:

*"Vær ikke redd for å sette klare moralnormer og retningslinjer. Sørg for å si nei når det er nødvendig... La [dine barn] få vite at det er enkelte ting som man ganske enkelt ikke gjør i deres familie. Enkelte foreldre virker nesten patologisk opptatt av at deres barn skal være populære og bli sosialt aksepterte, og godtar mange ting som de egentlig vet ikke er bra for dem, som f.eks. kostbare motepregede aktiviteter, uanstendige klær, sene kvelder, stevnemøter før de fyller seksten, voksenalderfilmer osv. Barn og foreldre kan av og til bli ensomme når de står for det som er rett. Det kan bli kvelder alene, fester de går glipp av og filmer de ikke får se. Det er kanskje ikke alltid morsomt, men det å være foreldre er ikke noen konkurranse om popularitet." *Lys over Norge*, jan. 1994, s. 11.)*

- Hva kan foreldre gjøre for å fastsette klare moralske retningslinjer for familien? (Når deltakerne drøfter dette spørsmålet, kan du oppmuntre dem til å fortelle om egne erfaringer.)

Les Moroni 7:15–19 sammen med deltakerne.

- Hvilket råd gir disse versene når det gjelder hvordan man kan skjelne godt fra ondt? På hvilke måter kan foreldre anvende dette rådet når de fastsetter retningslinjer for sine barn?
- På hvilke områder i livet trenger barn og ungdom noen ganger hjelp til å skjelne mellom godt og ondt? Hvordan kan foreldre anvende rådet i Moroni 7:15–19 for å hjelpe barna å treffe rettferdige avgjørelser?

Hjelp barna å gjenkjenne Den hellige ånds innflytelse på dem.

Forklar at Moroni 7:15–19 handler om Kristi lys, som hjelper oss til å skjelne godt fra ondt. I tillegg til å følge Kristi lys kan vi motta veiledning fra Den hellige ånd, som "vil vise [oss] alt [vi] skal gjøre" (2. Nephi 32:5), og den vil hjelpe oss å "vite sannheten i alt" (Moroni 10:5). Etter hvert som barna lærer å gjenkjenne og følge Den hellige ånds tilskyndelser, vil de få ytterligere hjelp til å treffe avgjørelser. Etter at barna har mottatt Den hellige ånds gave, kan foreldrene hjelpe dem å få et ønske om å være verdig til å ha Ånden som ledsager bestandig.

Eldste Robert D. Hales i De tolv apostlers quorum fortalte hvordan hans mor hjalp ham å gjenkjenne Den hellige ånds innflytelse:

"Etter at jeg var blitt døpt og bekreftet, trakk mor meg til side og spurte: 'Hva føler du?' Jeg beskrev så godt jeg kunne den varme følelsen av fred, velvære og lykke. Mor forklarte at det jeg følte, var den gaven jeg nettopp hadde mottatt, Den hellige ånds gave. Hun fortalte meg at hvis jeg levde verdig til den, ville jeg alltid ha gaven med meg. Dette var en lærerik stund som jeg har husket hele livet." (*Liahona*, juli 1999, s. 39.)

- Hva kan foreldre gjøre for å hjelpe sine barn til å føle og gjenkjenne Den hellige ånds innflytelse? (Svar kan omfatte at foreldre kan oppmuntre sine barn til å lese i Skriften, lytte til god musikk, holde budene og be med en virkelig hensikt. De kan også fortelle barna om åndelige erfaringer og gi uttrykk for at de er glad i dem.)

Understrek at det er viktig at foreldre oppmuntrer barnas religiøse adferd, som personlig skriftstudium, bønn og faste. Det er viktig å delta i familiens religiøse aktivitet, men det er ikke nok.

Gi små barn anledninger til å ta enkle avgjørelser.

Påpek at foreldre kan gi små barn anledninger til å ta avgjørelser. De kan gjøre avgjørelsene enkle ved at de vanligvis gir dem bare to valgmuligheter og sørger for at begge er akseptable. Mor eller far kan for eksempel si: "Vi du ha på deg den røde eller den blå skjorten idag?" eller "vil du høre en historie, eller vil du fortsette å leke til sengetid?" Når foreldrene først har gitt dem valget, skulle de akseptere barnets avgjørelse.

- Hvordan kan slike enkle avgjørelser gjøre barna forberedt til å ta mer vidtrekkende og vanskelige avgjørelser senere i livet?

Hjelp barna å forstå at noen avgjørelser har evige konsekvenser.

Forklar at når barn står overfor vanskelige avgjørelser som å velge hva de skal gjøre på søndag, velge venner, legge planer for utdanning eller sette seg yrkesmessige mål, er det viktig at de vet hvordan de kan ta avgjørelser på grunnlag av evangeliets sannheter. Det er vesentlig at de forstår at deres avgjørelser kan ha evige konsekvenser. Foreldre må ta seg tid til å snakke med barna om disse prinsippene mens de er små.

- På hvilke måter kan foreldre veilede sine barn når de snakker med dem? (Svar kan omfatte at foreldre kan fortelle om egne erfaringer, minne barna om Herrens bud og hjelpe dem å vurdere de evige konsekvenser ved forskjellige valgmuligheter.)
- I hvilke situasjoner kan det være nødvendig for far eller mor å gripe inn når et barn treffer feil valg?

Be en av deltakerne lese følgende rettleiding fra eldste M. Russell Ballard i De tolv apostlers quorum (s. 66 i deltakernes studiehefte):

"Det er foreldrenes plikt å gripe inn når de ser at det treffes feil valg. Det betyr ikke at foreldrene tar handlefrihetens dyrebare gave fra barna. Fordi handlefriheten er en gudgitt gave, er det til syvende og sist alltid de som velger hva de vil gjøre, hvordan de vil oppføre seg og hva de vil tro på. Men som foreldre må vi forsikre oss om at de forstår hva som er passende oppførsel og hva konsekvensene blir for dem hvis de fortsetter på feil vei. Husk at det ikke finnes noe slikt som ulovlig sensur i hjemmet. Filmer, blader, fjernsyn, videoer, internett og andre media er der som gjester og skulle bare ønskes velkommen når det passer inn i familiens adspredelse. Gjør deres hjem til et tilfluktssted med fred og rettferdighet. La ikke ond innflytelse få forurene deres eget spesielle åndelige miljø. Vær vennlig, omtenkfull, varsom og hensynsfull i alt dere gjør og måten dere behandler hverandre på. Da vil familiemål basert på evangeliets normer gjøre det lettere å ta gode avgjørelser." (*Liahona*, juli 1999, s. 103.)

Foreldre skulle la barna lære av konsekvensene ved ukloke avgjørelser.

Påpek at selv om foreldre noen ganger skulle gripe inn for å hjelpe barna å treffe rettferdige valg, skulle de ikke gripe inn for å hindre konsekvensene av barnas ukloke avgjørelser.

- Hva kan skje når foreldrene beskytter barna mot konsekvensene av deres avgjørelser? Hva godt kan det komme ut av å la barna erfare de naturlige konsekvensene av sine avgjørelser? (Oppmuntre deltakerne til å fortelle om egne eksempler. Les så de følgende uttalelser.)

Eldste Richard G. Scott i De tolv apostlers quorum sa: "Foreldre, begå ikke den feil at dere med hensikt griper inn for å formilde eller eliminere de naturlige følger av deres barns forsettlig avgjørelser om å bryte budene. En slik handling forsterker feil prinsipper, åpner døren for alvorligere synd og gjør sannsynligheten for omvendelse mindre." (*Lys over Norge*, juli 1993, s. 34.)

Eldste Robert D. Hales har sagt: "Det er skremmende å la våre barn lære av de feil de måtte begå, men sjansene for at de skal være villige til å velge Herrens måte og familieverdiene er større når valget kommer innenfra enn når vi prøver å tvinge disse verdiene på dem. Herrens måte, som er å vise kjærlighet og godtagelse, er bedre enn Satans makt og tvang, spesielt når det gjelder oppdragelse av tenåringer." (*Liahona*, juli 1999, s. 39.)

Foreldre skulle vise barn som kommer på avveier, ubetinget kjærlighet.

Påpek at selv etter at foreldre har gjort sitt aller beste, kan noen barn treffe avgjørelser som fører til stor sorg for dem selv og andre. Foreldrene må aldri slutte å elske barn som kommer på avveier. Eldste Richard G. Scott sa:

"Noen av dere har barn som ikke hører på dere, som velger helt andre veier. Vår Fader i himmelen har gjentatte ganger opplevd det samme. Selv om enkelte av hans barn har benyttet handlefriheten til å treffe valg imot hans råd, fortsetter han å elske dem. Jeg er sikker på at han likevel aldri har klandret seg selv for deres ukloke valg." (*Lys over Norge*, juli 1993, s. 34–35.)

Mens eldste Howard W. Hunter virket i De tolv apostlers quorum, sa han følgende til foreldre som har gjort sitt beste, men som sørger over et barns feiltrinn:

"Fedre eller mødre som lykkes, er de som har elsket, som har ofret og som har hatt omtanke for, undervist og dekket alle barnets behov. Hvis du har gjort alt dette og barnet ditt fremdeles er rebelsk eller vanskelig og verdsligsinnet, kan det godt være at du allikevel har lykkes som mor eller far. Kanskje er det barn som har kommet til verden som ville utfordre et hvilket som helst foreldrepar under alle omstendigheter. Det kan også være andre som ville være en velsignelse og en glede for nesten et hvilket som helst foreldrepar." (*Lys over Norge*, apr. 1984, s. 114.)

Gi en deltaker den stenen du tok med til klassen (se "Forberedelse", punkt 4). Be vedkommende plassere stenen rett foran øynene sine. Be så vedkommende beskrive hva han eller hun ser. Les følgende analogi som ble fortalt av eldste Richard G. Scott mens han virket i De sytti:

”Når jeg tar en liten sten og holder den tett inntil øyet, ser den ut som en kampesten. Stenen er alt jeg ser. Den blir altoppslukende—akkurat som problemene til et familiemedlem som opptar oss hvert eneste øyeblikk av dagen. Når de ting du realistisk sett kan gjøre for å hjelpe er gjort, skal du la saken hvile i Herrens hender og ikke bekymre deg mer. Føl deg ikke skyldig fordi du ikke kan gjøre mer. Kast ikke bort energi på nytteløse bekymringer. Herren vil ta denne lille stenen som fylte hele synsfeltet, og legge den sammen med alle de utfordringene du vil få i din evige fremgang. Da vil den bli sett i riktig perspektiv. Når tiden er moden, vil du motta inntrykk og vite hvordan du skal kunne gi videre hjelp. Du vil finne mer fred og glede, du vil ikke forsømme andre som trenger deg, og du vil være i stand til å gi bedre hjelp på grunn av dette evighetsperspektivet.” (*Lys over Norge*, juli 1988, s. 55.)

- På hvilke måter kan foreldre alltid vise en sønn eller datter som har kommet på avveier, kjærlighet? Hvordan kan de vise kjærlighet uten å samtykke i sønnens eller datterens handlinger?

Les Lukas 15:11–32 sammen med deltakerne. Forklar at disse versene ofte kalles lignelsen om den fortapte sønn. Den kunne imidlertid også omtales som lignelsen om den kjærlige far.

- Hva kan vi lære fra denne lignelsen om hvordan foreldres kjærlighet kan påvirke barn som har kommet på avveier?

Mens president Gordon B. Hinckley var førsterådgiver i Det første president-skap, uttalte han:

”Gjennom menneskehetens historie har opprørske barns handlinger vært fulgt med sorg og smerte, men selv når det har vært opprør, har sterke familie-bånd klart å omslutte den opprørske.

Jeg vet ikke om noen vakrere historie i hele litteraturen enn den som Mesteren fortalte, og som er nedskrevet i det 15. kapittel i Lukas. Det er historien om en impulsiv og grådig sønn som gjorde krav på arven sin, som han så ødslet bort til det ikke var noe igjen. Angrende reiste han hjem til sin far, og da faren så ham langt borte, løp han ham i møte og omfavnet ham, falt ham om halsen og kysset ham.” (*Lys over Norge*, juli 1991, s. 69.)

Konklusjon

Fremhev viktigheten av å veilede barna når de tar avgjørelser, og så la dem få lære av konsekvensene av sine handlinger. Mine deltakerne om at Herren vil velsigne foreldre når de fortsetter å elske og arbeide med sine barn. Les deretter denne uttalelsen av biskop Robert D. Hales mens han var Kirkens presiderende biskop:

”Foreldre vil selvfølgelig gjøre feil i sin oppgave som foreldre, men ved ydmykhet, tro, bønn og studium kan hver enkelt lære en bedre måte, og derved velsigne mange familiemedlemmer nå og lære de kommende generasjoner riktige tradisjoner.” (*Lys over Norge*, jan. 1994, s. 9.)

Bær vitnesbyrd etter Åndens tilskyndelse om de sannheter dere har drøftet i denne leksjonen.

Henvis til s. 64–67 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artikkelen "Som en usløkkelig flamme", av eldste M. Russell Ballard. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

FAMILIEBØNN, FAMILIESKRIFTSTUDIUM OG FAMILIENS HJEMMEAFTEN

LEKSJON
16

Formål Å oppmuntre familier til å holde regelmessig familiebønn, familieskriftstudium og familiens hjemmeaften og å undervise i evangeliet i alle disse situasjonene.

Forberedelse

1. Overvei hvordan du kan anvende prinsippene under "Ditt ansvar som lærer" (s. IX–XI i denne boken).
2. Les overskriftene som står med fet skrift i leksjonen. Tenk gjennom uken på hvordan du kan undervise i disse læresetningene og prinsippene, og søk Åndens veiledning med hensyn til hva du skulle fremheve for å dekke deltakernes behov.
3. Hvis nedenstående materiell er tilgjengelig, tar du med noe av det eller alt til klassen. Forbered å vise det når du snakker om familiens hjemmeaften.
 - a. Skriften.
 - b. *Idébok for familiens hjemmeaften* (31106 170).
 - c. *Veiledning for familien* (31180 170).
 - d. *Familiens hjemmeaften—videosupplement* (56736 170).
 - e. *Evangeliets prinsipper* (31110 170).
 - f. *Liahona*.
 - g. *Vår arv—Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Helliges historie i korte trekk* (35448 170).
 - h. Leksjonsboken for Det melkisedekske prestedømme og Hjelpeforeningen.
 - i. Studieveiledningen til kursene i Evangeliets lære.
 - j. *Til styrke for ungdom* (34285 170).
 - k. Kirkens bøker med historier fra Skriften, som *Historier fra Mormons bok* (35666 170).
 - l. Bildesettet Kunst inspirert av evangeliet (34730 170).
4. Hvis du benytter repetisjonsoppgaven på s. 00[84], tar du med papir og blyant/penn til hver deltaker.

Forslag til gjennomgåelse **Familiebønn, skriftstudium og familiens hjemmeaften må ha høy prioritet i enhver siste-dagers-hellig familie.**

Forklar at i februar 1999 sendte Det første presidentskap et brev til Kirkens medlemmer over hele verden. Brevet inneholdt følgende instruksjon:

"Vi råder foreldre og barn til å gi høyeste prioritet til familiebønn, familiens hjemmeaften, studium av og opplæring i evangeliet og sunne familieaktiviteter. Uansett hvor verdige og formålstjenlige andre behov eller aktiviteter måtte være, må man ikke tillate at disse skyver til side de guddommelig pålagte plikter som bare foreldre og familie fullt ut kan oppfylle. (Brev fra Det første presidentskap, 11. feb. 1999.)

- Hvorfor er dette rådet spesielt viktig i vår tid?

Forklar at denne leksjonen er rettet mot hva foreldre kan gjøre for å få til daglig familiebønn og skriftstudium og ukentlige hjemmeaftener.

Familien høster store velsignelser når de ber sammen.

Les 3. Nephi 18:21 sammen med deltakerne. Gjengi deretter dette rådet fra president Gordon B. Hinckley, Kirkens 15. president:

”La enhver familie i denne kirke holde bønn sammen. Det er viktig å ha personlig bønn, men det er godt å holde familiebønn. Be til deres Fader i himmelen i tro. Be i den Herre Jesu Kristi navn. Dere kan ikke gjøre noe bedre for deres barn enn å la dem få anledning til å holde familiebønn og uttrykke takknemlighet for sine velsignelser. Hvis de gjør så mens de er små, vil de vokse opp med en takknemlig holdning.” (*”Inspirerende tanker”, Lys over Norge, aug. 1997, s. 7.*)

- Hva kan familier gjøre for at familiebønn skal bli en daglig vane? Hvilke utfordringer har du hatt med å få til daglig familiebønn, og hva har du gjort for å løse dem?
- Hva kan familier gjøre for at familiebønnen skal bli en meningsfylt anledning for dem? (I tillegg til svarene fra deltakerne kan du dele noen av eller alle forslagene nedenfor med dem.)
 - a. Foreldrene kan ta seg tid før bønnen til å spørre om det er noe spesielt familien skulle takke vår himmelske Fader for, eller om det er noe de skulle huske å ta med i bønnen.)
 - b. Foreldre kan sørge for at barna med jevne mellomrom får anledning til å uttale familiebønnen.
 - c. Familien kan huske å be for Kirkens ledere, misjonærer og familiemedlemmer som trenger en spesiell velsignelse.
 - d. Foreldrene kan gjøre sine bønner til en anledning til å undervise. Eksempelvis kan de ved å gi uttrykk for takknemlighet vekke lignende følelser hos sine barn.
 - e. Foreldre kan nevne hvert av barna ved navn i sine bønner for å la barna føle den kjærlighet deres vår himmelske Fader og deres jordiske foreldre har til dem.
- Hvilke velsignelser har du og din familie fått på grunn av familiebønn?

Familieskriftstudium hjelper familier å komme nærmere Gud.

Skriv disse punktene på tavlen, eller les dem høyt:

Større ærbødighet

Større respekt og omtanke

Mindre strid

Evne til å rettlede barna med større kjærlighet og visdom

Større mottakelighet for foreldrenes råd

Mer rettferdighet

Tro, håp og kjærlighet i rikt monn

Fred, glede og lykke

Be deltakerne tenke nøye over følgende spørsmål uten å svare høyt:

- Hva kunne du gjøre for å bringe disse velsignelsene inn i ditt hjem i rikere grad?

Forklar at president Marion G. Romney i Det første presidentskap bar vitnesbyrd om at disse velsignelsene kan tilflyte våre hjem i større grad når vi studerer Skriften, spesielt Mormons bok:

”Jeg føler meg sikker på at om foreldrene i våre hjem regelmessig og ved bønn ville lese fra Mormons bok, både alene og sammen med sine barn, ville denne bokens ånd gjennomsyre våre hjem og alle de som bor der. Ærbødighetens ånd vil tilta, gjensidig respekt og omtanke for hverandre vil utvikles. Trettekjærhetens ånd vil forsvinne. Foreldre vil råde sine barn med større kjærlighet og visdom. Barn vil være mer mottakelige og lydige overfor foreldrenes råd. Det vil bli større rettferdighet. Tro, håp og nestekjærlighet—Kristi rene kjærlighet—vil råde i rikelig grad i våre hjem og våre liv, og av det vil det følge fred, glede og lykke.” (*Lys over Norge*, okt. 1980, s. 122.)

President Ezra Taft Benson, Kirkens 13. president, sa med henvisning til president Romneys løfter: ”Disse løftene—større kjærlighet og harmoni i hjemmet, større respekt mellom foreldre og barn, større åndelighet og rettferdighet—er ikke tomme løfter, men nøyaktig det profeten Joseph Smith mente da han sa at Mormons bok vil hjelpe oss til å komme nærmere Gud.” (*Lys over Norge*, jan. 1987, s. 5.)

Oppfordre deltakerne til å fortelle om velsignelser deres familie har fått gjennom familieskriftstudium.

- Hva har du gjort for å lykkes med familieskriftstudium? Hvilke utfordringer har du hatt, og hva har du gjort for å løse dem? (I tillegg til svar fra deltakerne kan du komme med noen av eller alle forslagene nedenfor.)
 - a. Samarbeide om å fastsette et tidspunkt til å studere Skriften som familie hver dag. Det er ofte det vanskeligste når det gjelder familieskriftstudium. Men familien kan søke Åndens veiledning om hva som vil fungere best i deres situasjon.
 - b. Overveie å fastsette en viss mengde tid eller et bestemt antall vers, kapitler eller sider som skal leses hver dag.
 - c. Om mulig sørge for at alle familiemedlemmene har hvert sitt sett med standardverker. Selv barn som ikke kan lese, vil ha nytte av å ha sine egne bøker. Foreldrene kan gi barna disse i gave ved dåpen, fødselsdager eller andre spesielle anledninger, eller barna kan tjene penger til å kjøpe sine egne standardverker.
 - d. Bytte på å lese, og hjelpe yngre barn etter behov. Etter at man har lest en del, kan man oppsummere det man har lest og fremsette det på en måte som små barn vil forstå.
 - e. La yngre barn tegne bilder om historier fra Skriften. Familien kunne for eksempel lage et murmaleri som forestiller Lehis syn om livets tre.
 - f. Lære favorittskriftsteder utenat.
 - g. Lese skriftsteder knyttet til spesielle anledninger som påske, jul, dåp, prestedømsordinasjon eller tempelinnvielse.
 - h. Studere et spesielt emne i evangeliet i fellesskap ved hjelp av emneregistrene.
 - i. Ha en familiens notisbok hvor dere skriver ned spørsmål, mål eller inntrykk i forbindelse med skriftlesingen.

Påpek at hvis det er vanskelig å samle familien til skriftstudium, skulle foreldre huske at dette arbeidet har en mer varig virkning enn de kan forestille seg. Søster Susan L. Warner, som var annenrådgiver i Primærforeningens generalpresident-skap, sa:

"I vår familie har vi forsøkt å ha skriftstudium tidlig om morgenen. Men vi ble ofte frustrert når en av våre sønner beklaget seg og måtte godsnakkes ut av sengen. Når han endelig kom, la han ofte hodet rett ned på bordplaten. Flere år senere, mens han var på misjon, skrev han hjem: "Takk for at dere underviste meg fra Skriften. Jeg vil dere skal vite at alle de gangene jeg gjorde som jeg sov, hørte jeg virkelig etter med øynene igjen." (*Lys over Norge*, juli 1996, s. 80.)

Familiens hjemmeaften bidrar til å befeste familien mot verdslig innflytelse.

Forklar at i 1915 instruerte president Joseph F. Smith og hans rådgivere i Det første presidentskap foreldre om å begynne å avholde regelmessige "familiens hjemmeaftener". Det skulle være en tid for foreldre til å undervise sine barn i evangeliets prinsipper. Det første presidentskap skrev: "Hvis de hellige følger dette rådet, gir vi det løfte at det vil resultere i store velsignelser. Det vil bli større kjærlighet i hjemmet og mer lydighet mot foreldrene. Israels ungdom vil utvikle tro, og de vil få styrke til å bekjempe ond innflytelse og fristelser som kommer over dem." (I James R. Clark, red. *Messages of the First Presidency of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints*, 6 bind [1965–75], 4:339.)

President Gordon B. Hinckley fortalte hvordan hans foreldre fulgte president Smiths råd:

"I 1915 oppfordret president Joseph F. Smith Kirkens folk til å avholde familiens hjemmeaftener. Far sa at vi ville gjøre det, så vi pleide å varme opp stuen hvor mors store flygel sto, og gjorde som Kirkens president hadde sagt.

Vi hadde noen elendige fremførelser som barn. Vi kunne gjøre alt mulig sammen mens vi spilte, men å la en av oss prøve å synge solo for de andre, var som å be iskrem å holde seg hard på kjøkkenovnen. I begynnelsen lo vi og kom med morsomme bemerkninger om hverandres fremførelser. Men våre foreldre fortsatte. Vi sang sammen. Vi ba sammen. Vi lyttet stille mens mor leste historier fra Bibelen og Mormons bok. Far fortalte oss historier han husket utenat...

Det kom noe ubeskrivelig og fint ut av disse enkle stundene sammen i stuen i vårt gamle hjem. Vi fikk større kjærlighet til våre foreldre. Kjærligheten til våre søsken ble forsterket. Vi fikk større kjærlighet til Herren. Vi ble takknemlige for enkle goder. Dette skjedde fordi våre foreldre fulgte rådet fra Kirkens president. Jeg har lært noe enormt viktig av dette." (*Teachings of Gordon B. Hinckley* [1997], s. 211–12.)

Forklar at hver eneste Kirkens president siden president Joseph F. Smith har understreket betydningen av familiens hjemmeaften. Idag har Det første presidentskap rådet familier til å ha familiens hjemmeaften hver mandag kveld.

Påpek at familiens hjemmeaften alltid skulle omfatte bønn og en leksjon, som kan presenteres av en av foreldrene eller et av barna. Foreldrene kan hjelpe yngre barn med å forberede og presentere leksjoner.

Forklar at Kirken har utarbeidet materiell for å hjelpe familier med å lage gode familiens hjemmeaftener. Vis frem det materiellet du har tatt med til klassen (se "Forberedelse", punkt 3). Fremhev spesielt *Idébok for familiens hjemmeaften*, som er et verdifullt hjelpemiddel for foreldre. Denne boken er Kirkens viktigste hjelpemiddel til å planlegge og avholde familiens hjemmeaftener. Den inneholder leksjoner og idéer til aktiviteter.

- Hva annet kan familien inkludere i familiens hjemmeaftener, i tillegg til bønn og en leksjon? (Svar kan omfatte å spille spill, lese i Skriften, syng salmer eller sanger, holde familieråd, og spise noe godt.)
- Hvordan kan foreldre bruke familiens hjemmeaftener til å dekke familiens behov? (I tillegg til svarene fra deltakerne kan du gjengi eksemplet nedenfor.)

En far utarbeidet leksjoner til familiens hjemmeaften ved å snakke med hvert av sine barn på tomannshånd. Når han snakket med barna, pleide han ofte å stille spørsmål om bestemte ting han var opptatt av, som: "Hva sier guttene på skolen om jenter?" eller "Er det noen som pleier å snakke om narkotika?" Svarene barna ga, hjalp ham å se hva de trengte å lære og drøfte. Han og hans kone pleide å sette seg ned sammen og planlegge leksjoner på grunnlag av disse behovene. Barna likte å komme med forslag og ble forberedt til å møte livets virkelighet.

- Hva kan foreldre gjøre for å oppmuntre hvert familiemedlem til å delta i familiens hjemmeaften?
- Hvilke velsignelser har deres familie fått fordi dere holder familiens hjemmeaften?

Konklusjon

Understrek at daglig familiebønn og skriftstudium og ukentlige familiens hjemmeaftener vil styrke familieforholdet, styrke familiemedlemmenes vitnesbyrd og gjøre dem beredt til å møte livets utfordringer.

Gi etter Åndens tilskyndelser uttrykk for din kjærlighet til familien og bær vitnesbyrd om de sannheter dere har snakket om i denne leksjonen og kurset som helhet.

Henvis til s. 68–72 i deltakernes hefte. Oppfordre deltakerne til å gjennomgå læresetningene og prinsippene i denne leksjonen ved (1) å følge minst ett av forslagene under "Forslag til anvendelse" og (2) lese artiklene "Velsignelsene ved familiebønn", av president Gordon B. Hinckley, og "Derfor ble jeg undervist", av eldste L. Tom Perry. Påpek at ektepar kan ha stor fordel av å lese artiklene i deltakernes hefte sammen og drøfte dem med hverandre.

Annet kildestoff

Delta i sunne avkoblende aktiviteter som familie

Forklar at i tillegg til familiebønn, skriftstudium og familiens hjemmeaftener, kan sunne avkoblende aktiviteter hjelpe familier til å skape sterke bånd når det gjelder kjærlighet og enhet. Foreldre skulle planlegge tidspunkter da familien kan være sammen på slike aktiviteter. President Ezra Taft Benson sa det slik:

”Skap tradisjoner med familieferier og utflukter og turer. Slike minner vil dine barn aldri glemme.” (*Lys over Norge*, jan. 1988, s. 50.)

- Hvilke fordeler er det ved å delta sammen som familie i avkoblende aktiviteter? Overvei å fremsette følgende forslag eller noen du selv har, for å stimulere til diskusjon:
 - a. Familiemedlemmer som liker å gjøre noe sammen, vil utvikle større kjærlighet og harmoni.
 - b. De vil ha det morsomt sammen og få et forhold til hverandre som vil vare livet ut.
 - c. Barn vil glede seg over å være sammen med sine foreldre og være mer villige til å lytte til og følge foreldrenes råd.
- Hvilke minner har du om familieaktiviteter fra du var barn? Hvordan har disse aktivitetene påvirket ditt liv?

Oppfordre deltakerne til å komme med forslag til morsomme, interessante og minneverdige familieaktiviteter som koster lite eller ingenting.

Repetisjon av leksjonene i Del B av kurset Ekteskap og familieforhold

Denne leksjonen er den siste i kurset Ekteskap og familieforhold, Del B. Hvis du har undervist hele kurset, kan du overveie å bruke denne oppgaven:

Gi hver deltaker et ark og en blyant/penn. Be dem bruke 3 minutter på å skrive ned de læresetninger og prinsipper de husker fra leksjon 9–16 i dette kurset. Be dem sette en strek under de læresetninger eller prinsipper som har betydning mest for dem. Oppmuntre dem til å forberede seg på å si litt om noe av det de har streket under. Hvis de trenger hjelp, kan de bruke innholdsfortegnelsen på s. V–VII i denne boken eller kursoversikten på s. VII–VIII i deltakernes studiehefte.

Etter 3 minutter ber du deltakerne lese ett punkt fra listen sin og forklare hvorfor det har spesiell betydning for dem. Oppsummer deltakernes innsikt på tavlen og anerkjenn hvert punkts betydning. Fortell så hva du selv mener. Gjenta oppgaven hvis tiden tillater det.

Takk dem du har undervist, for at de har deltatt i kurset, og oppmuntre dem til å fortsette å etterleve de læresetninger og prinsipper som de har behandlet i løpet av kurset. Oppfordre dem også til å lese jevnlig ”Familien—En erklæring til verden” sammen med familien og følge dens råd i sitt hjem.