



# Kom og følg mig

*Det Aronske Præstedømme 2017*

Undervisningsmaterialer for unge

UNDERVISNING og LÆRING *til* OMVENDELSE

---

# Det Aronske Præstedømme 2017

© 2016 Intellectual Reserve, Inc.  
Alle rettigheder forbeholdes

Engelsk original godkendt: 5/16  
Godkendt til oversættelse: 5/16  
Oversættelse af *Come, Follow Me: Learning Resources for Youth, Aaronic Priesthood 2017*  
Danish  
13569 110

# Om dette hæfte

Lektionerne i dette hæfte er organiseret i afsnit, der gennemgår lærdomsmæssige grundbegreber i Jesu Kristi gengivne evangelium. Hver lektion fokuserer på spørgsmål, som unge kan have, samt lærdomsmæssige principper, der kan hjælpe dem til at finde svar. Lektionerne er udarbejdet, så du kan forberede dig åndeligt ved selv at lære læresætningerne og derefter planlægge måder at engagere de unge mænd i stærke læringsoplevelser.

## Undervisningsoplæg

For hvert af de doktrinære emner i indholdsfortegnelsen er der flere undervisningsoplæg, end du i løbet af måneden kan nå at undervise i. Lad Åndens inspiration og de unge mænds spørgsmål og interesser vejlede dig, når du beslutter, hvad du skal fremhæve i dette afsnit, og hvor lang tid du skal bruge på et emne.

Det er ikke meningen, at oplæggene skal diktere, hvad du siger og gør i klassen. De har til formål at hjælpe dig til selv at lære læresætningen og forbedre læringsoplevelser, der er tilpasset behovene hos de unge mænd, du underviser.

## Forbered dig åndeligt

For at hjælpe de unge mænd til at forstå principperne i disse undervisningsoplæg er det nødvendigt, at du selv forstår og efterlever dem. Studér skrifterne og de andre hjælpemidler i oplæggene og find udtalelser, historier eller eksempler, der er særlig relevante eller inspirerende for de unge mænd, du underviser. Brug derpå undervisningsoplæggene til at planlægge, hvordan du kan hjælpe de unge mænd til selv at opdage sandhederne, opnå et vidnesbyrd om dem og efterleve det, de lærer.

## Rådfør jer med hinanden

Rådfør dig med kvorumspræsidentskabet og med andre lærere og ledere om de unge mænd i dit kvorum. Hvilke spørgsmål og behov har de? Hvad lærer de i andre omgivelser – i hjemmet, til seminar, i Søndagsskolen? Hvordan vil det påvirke din forberedelse? (Hvis der bliver udvekslet følsomme informationer under disse samtaler, så behandl dem fortroligt).

## Mere på nettet

Du kan finde flere materialer og undervisningsforslag til hver af disse lektioner på [lds.org/youth/learn](https://lds.org/youth/learn). Online-lektioner indeholder:

- Link til de seneste udtalelser fra de levende profeter, apostle og andre kirkeledere. Disse link bliver opdateret jævnligt, så tjek dem ofte.
- Link til videoer, billeder og andre medier, som du kan bruge til at forberede dig selv åndeligt og til at undervise de unge.
- Videoer, der demonstrerer effektiv undervisning, så du kan styrke din evne til at hjælpe de unge til at blive omvendt.



# Indhold

---

## 1 Januar: Guddommen

- 3 Hvordan kan jeg kende min himmelske Fader?
- 7 Hvad ved vi om Guddommens natur?
- 11 Hvorfor er Jesus Kristus vigtig i min tilværelse?
- 15 Hvad er Helligåndens rolle?
- 19 Hvem er jeg, og hvem kan jeg blive?

## 23 Februar: Frelsesplanen

- 25 Hvilken rolle spiller jeg i fuldførelsen af vor himmelske Faders plan?
- 28 Hvad er frelsesplanen?
- 32 Hvad skete der i det førjordiske liv?
- 36 Hvad er livets formål?
- 40 Hvorfor har de valg, jeg træffer, betydning?
- 44 Hvorfor har vi modgang?
- 48 Hvordan kan jeg finde trøst, når nogen, jeg holder af, dør?
- 52 Hvorfor skal jeg behandle mit legeme som et tempel?

## 57 Marts: Jesu Kristi forsoning

- 59 Hvordan hjælper jeg andre til at modtage velsignelserne ved Frelserens forsoning?
- 62 Hvad er Jesu Kristi forsoning?
- 65 Hvad vil det sige at have tro på Jesus Kristus?
- 69 Hvad vil det sige at omvende sig?
- 73 Hvad er nåde?
- 77 Hvorfor skal jeg tilgive andre?
- 80 Hvad er opstandelsen?
- 83 Hvordan kan Frelseren hjælpe mig i mine prøvelser?

## 87 April: Frafaldet og genoprettelsen

- 89 Hvordan kan jeg indbyde alle til at komme til Kristus?
- 92 Hvorfor var en genoprettelse nødvendig?
- 96 Hvordan blev præstedømmet gengivet?
- 100 Hvilken rolle spillede Joseph Smith i genoprettelsen?
- 104 Hvorfor er det første syn betydningsfuldt?
- 107 Hvorfor har vi brug for Mormons Bog?

## 111 Maj: Profeter og åbenbaring

- 113 Hvorfor er det vigtigt at studere skrifterne?
- 117 Hvorfor er det vigtigt at lytte til og følge de levende profeter?
- 121 Hvordan modtager jeg personlig åbenbaring?
- 125 Hvordan kan jeg gøre mine bønner mere meningsfulde?
- 129 Hvordan kan jeg styrke mit vidnesbyrd?
- 133 Hvad har præsident Monson lært bærere af Det Aronske Præstedømme?
- 137 Hvordan kan en patriarkalsk velsignelse hjælpe mig?

## 141 Juni: Præstedømmet og præstedømmenøgler

- 143 Hvordan påvirker værdighed kraften i præstedømmet?
- 148 Hvad er præstedømmet?
- 152 Hvad er præstedømmets nøgler?
- 157 Hvad er mine pligter som bærer af Det Aronske Præstedømme?
- 160 Hvorfor skal jeg udføre en mission?
- 165 Hvad vil det sige at opretholde vore ledere i Kirken?

## 169 Juli: Ordinancer og pagter

- 171 Hvordan kan jeg hjælpe andre til at få en indholdsrig oplevelse i forbindelse med nadveren?
- 174 Hvorfor er ordinancer betydningsfulde for mig?
- 178 Hvorfor er pagter betydningsfulde for mig?
- 182 Hvilke pagter indgik jeg ved dåben?

- 187 Hvordan modtager jeg Helligåndsgaven?  
191 Hvorfor er tempelordinancerne vigtige?  
195 Hvad er præstedømmets ed og pagt?  
199 Hvad vil det sige at påtage sig Jesu Kristi navn?

## 203 August: Ægteskab og familie

- 205 Hvordan kan jeg styrke min familie?  
209 Hvorfor er kyskhed vigtig?  
213 Hvorfor er tempelægteskab vigtigt?  
217 Hvorfor er familien vigtig?  
221 Hvorfor er det vigtigt at følge Kirkens standarder omkring dating?  
224 Hvordan kan jeg forberede mig nu til at blive en retskaffen ægtemand og far?  
228 Hvordan supplerer mænds og kvinders roller hinanden i familien?

## 233 September: Befalinger

- 235 Hvordan kan jeg være i verden, men ikke af verden?  
239 Hvordan bliver jeg og andre omkring mig påvirket af det, jeg siger?  
243 Hvordan kan jeg modstå pornografi?  
248 Hvorfor faster vi?  
251 Hvorfor bliver vi befalet at holde sabbatsdagen hellig?  
256 Hvorfor betaler vi tiende?  
260 Hvorfor er det vigtigt at være ærlig?

## 265 Oktober: Bliv mere kristuslignende

- 267 Hvordan kan jeg tjene andre?  
270 Hvordan kan jeg blive mere kristuslignende?  
274 Hvordan kan jeg udvikle kristuslignende kærlighed?  
278 Hvordan kan jeg lære at være mere tålmodig?  
282 Hvorfor er det vigtigt at være taknemlig?



## 287 November: Åndelig og timelig selvhjulpenhed

289 Hvorfor er det vigtigt at få en uddannelse og udvikle færdigheder?

292 Hvad vil det sige at være selvhjulpen?

296 Hvordan ved jeg, om jeg er ved at blive omvendt?

300 Hvorfor er arbejde et vigtigt evangelisk princip?

304 Hvorfor ønsker Herren, at jeg er sund?

308 Hvordan udviser Herren omsorg for de fattige og trængende?

313 Hvor kan jeg finde løsninger på mine udfordringer og problemer?

## 317 December: Opbyg Guds rige i de sidste dage

319 Hvordan kan jeg være en missionær nu?

322 Hvordan kan jeg blive en bedre hjemmelærer?

325 Hvordan ønsker vor himmelske Fader, at jeg bruger mine åndelige gaver?

329 Hvordan kan jeg forberede mig til at skabe et kristuscentreret hjem?

333 Hvad kan jeg gøre for at hjælpe nye medlemmer af Kirken?

337 Hvordan kan jeg hjælpe mine mindre aktive venner til at komme tilbage til Kirken?

341 Hvad er Zion?

344 Hvordan kan jeg deltage i fremskyndelsen af Herrens værk?

## 349 TILLÆG

# Dagsorden til kvorumsmøde

Præsiderende \_\_\_\_\_ Dato \_\_\_\_\_

Ledelse (medlem af kvorumspræsidentskabet) \_\_\_\_\_

---

## Sidde i råd

*medlem af kvorumspræsidentskabet*

Varetag anliggender (aktiviteter, begivenheder, opgaver, muligheder for at tjene)

---

---

Undervis i pligter (forklare og tale sammen om, hvordan man udfører præstedømmepligter)

---

---

Opfordring til at fortælle (Hvilke oplevelser har medlemmerne af kvorummet? Hvilke evangeliske principper har de bemærket og lært? Hvad lærer de ved at udføre Pligt mod Gud? Hvilke oplevelser har de haft ved at tjene andre?)

---

---

---

## Lær sammen

*kvorumsvejleder eller kvorumsmedlem*

Denne uges evangeliske samtale: \_\_\_\_\_

Lærer: \_\_\_\_\_

---

## Forpligt til udførelse

*medlem af kvorumspræsidentskabet*

- Bær vidnesbyrd om det, der blev lært.
- Tilskynd kvorumsmedlemmerne til at efterleve de principper, de har lært sammen, samt forberede sig til næste uges møde.
- Som Ånden tilskynder til:
- Fortæl om dine indtryk om de drøftede principper.
- Fortæl, hvad du planlægger at gøre baseret på det, du har lært, og tilskynd kvorumsmedlemmerne til at fortælle om, hvad de planlægger at gøre.
- Bed kvorumsmedlemmerne om at forberede sig til næste uges samtale.

Afslutningsbøn: \_\_\_\_\_



# Januar: Guddommen

»Vi tror på Gud, den evige Fader, og på hans Søn, Jesus Kristus, og på Helligånden« (TA 1:1).

Oplæggene i denne måneds emne vil hjælpe de unge mænd til at forstå den sande natur hos Guddommens medlemmer og de roller, de hver især udfylder i vor himmelske Faders frelsesplan. Denne viden vil hjælpe de unge mænd til at få en bedre forståelse af deres egen guddommelige identitet og formål som Guds sønner.

For at integrere Pligt mod Gud i søndagens kvorumsmøder, kan du denne måned overveje at undervise i Pligt mod Gud-oplægget herunder.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*How can I know my Heavenly Father? (Duty to God)*

*What do we know about the nature of God?*

*Why is Jesus Christ important in my life?*

*What is the role of the Holy Spirit?*

*Who am I, and who can I become?*

---

## Meddelelse til læreren

Mens du underviser i denne måneds emne, kan du minde de unge mænd om, at navnene på Guddommen er hellige (se L&P 63:61). Bed dem om at omtale disse navne med ærbødighed og respekt.

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvælg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

Bed og studér skriften, s. 14-15, 38-39, 62-63

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68



JANUAR: GUDDOMMEN

## PLIGT MOD GUD

# Hvordan kan jeg kende min himmelske Fader?

Vor himmelske Fader elsker os og ønsker, at vi kommer ham nær. Han har givet os mulighed for at bede til ham og har lovet at høre og besvare vore bønner. Vi kan også lære ham at kende, når vi studerer skrifterne og de sidste dages hellige profeters ord, og når vi stræber efter at blive mere som ham ved at følge hans vilje.

---

### Forbered dig åndeligt

*Når du studerer skrifterne og andre hjælpeklider om at lære vor himmelske Fader at kende, så led efter ting, der kan hjælpe de unge mænd til at føle, at deres himmelske Fader elsker dem og ønsker, at de kommer ham nærmere.*

Joh 17:3 (At kende vor himmelske Fader og Jesus Kristus fører til evigt liv)

1 Joh 2:3-5 (Vi kender Gud, hvis vi holder hans bud)

1 Joh 4:7-8 (Ved at elske andre lærer vi Gud at kende)

2 Ne 32:9; En 1:1-7; Alma 34:17-28; 37:37 (Bøn kan hjælpe os til at komme vor himmelske Fader nærmere)

Mosi 4:9-12 (Kong Benjamin beskriver, hvordan vi opnår større kundskab om Gud)

Mosi 5:13 (Ved at tjene Gud lærer vi ham bedre at kende)

Alma 30:44 (Alt viser, at der er en Gud)

L&P 88:63 (Hvis vi kommer Gud nærmere, vil han komme nærmere til os)

M. Russell Ballard, »Fædre og sønner: Et bemærkelsesværdigt forhold«, Liahona, nov. 2009, s. 47-50

*Udførelse af min Pligt mod Gud*, 2010, s. 14-15, 38-39, 62-63

Video: »Udførelse af din pligt mod Gud«

Tænk over dit forhold til din Fader i himlen. Hvor når har du følt dig tættest på ham? Hvad gjorde du, der muliggjorde, at du følte dig nærmere ham?

Nævn nogle ting, som de unge mænd kan gøre for at komme Gud nærmere. Hvor godt gør de disse ting? Hvad kunne du gøre for at hjælpe dem til at få større tro og vidnesbyrd om Gud?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kворummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig til et præsidentskabsmøde ved at udfylde en dagsorden til kворums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv for at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed hver ung mand om at bidrage med et ord for at skabe en sætning, der sammenfatter sidste uges lektion. Skriv deres sætning på tavlen.
- Bed med biskoppens tilladelse en far til et af kvorumsmedlemmerne om at fortælle om sine følelser ved at være far. Han kunne tale om sine følelser for sin søn, hvad han håber, at sønnen opnår i livet, og hvordan han håber at kunne hjælpe ham med at opnå succes. Bed de unge mænd om at sammenligne det, som denne far sagde, med deres himmelske Faders følelser for dem.

---

## Lær sammen

Formålet med denne lektion er at hjælpe hver ung mand til at etablere en vane med personlig bøn og personligt skriftstudium. Giv de unge mænd tid i løbet af kvorumsmødet til at nedskrive deres plan i deres Pligt mod Gud-hæfter. Lad dem fortælle hinanden om deres plan og bed dem ved et kommende kvorumsmøde om at fortælle, hvordan personlig bøn og personligt skriftstudium styrker deres forhold til Gud.

- De unge mænd har måske som en del af deres plan i Pligt mod Gud lagt planer om personligt skriftstudium. Denne lektion kunne være et godt tidspunkt til at få de unge mænd til at fortælle, hvad de har gjort for at følge deres plan, og hvad de lærer af deres skriftstudium (se *Pligt mod Gud*, s. 14-15, 38-39, 62-63). De kunne også om nødvendigt revidere deres plan. Bed de unge mænd om at fortælle om, hvordan deres vaner med bøn og skriftstudium har hjulpet dem til at forbedre deres forhold til deres himmelske Fader.
- De tror forskellen er på at kende vor himmelske Fader og at kende *til* ham. Skriv følgende skriftstedshenvisninger på tavlen og bed de unge mænd om at slå dem op og finde ud af, hvordan vi kan lære vor himmelske Fader bedre at kende: 1 Joh 2:3-5; 4:7-8; Mosi 4:9-12; 5:13; Alma 30:44. Bed de unge mænd fortælle, hvad de har lært, og hvordan de har følt sig nærmere vor himmelske Fader ved at følge rådet i disse skriftsteder.
- Bed de unge mænd om at tænke på en person, de kender rigtig godt. Hvad har de gjort for at lære den person at kende? Spørg dem, hvad
- Vis videoen »Udførelse af din pligt mod Gud« og få de unge mænd til at se efter, hvordan de beskrevne oplevelser i videoen hjalp de unge mænd og andre til at lære vor himmelske Fader bedre at kende. Bed de unge mænd om at fortælle om deres

### Undervisningstip

At tilskynde de unge mænd til at grundlægge en vane med regelmæssig bøn og skriftstudium kan være en af de bedste måder at hjælpe dem til at styrke deres forhold til vor himmelske Fader.

tanker om, hvordan opfyldelsen af deres pligt mod Gud hjælper dem til at styrke deres forhold til ham.

- Bed de unge mænd om at læse ældste M. Russell Ballards tre forslag til sønner i sin tale »Fædre og sønner: Et bemærkelsesværdigt forhold«, *Liahona*, nov. 2009, s. 47-50 (eller vis videoen »Fædre og sønner«). Hvordan har det hjulpet dem til at føle sig tættere på deres far, når de har gjort en af disse ting? Bed dem om at fortælle om, hvordan de kan anvende ældste Ballards råd i forbindelse med deres forhold til deres himmelske Fader.

- Drøft, hvordan de unge mænd kommunikerer med andre i dag. Hvordan kommunikerer vi med vor himmelske Fader? Hvordan kommunikerer han med os? Hvad kan vi gøre for at forbedre vores kommunikation med ham? Bed hver ung mand om at læse ét af følgende skriftsteder om bøn: 2 Ne 32:9; En 1:1-7; Alma 34:17-28; 37:37. Bed kvorumsmødememberne om at fortælle, hvad de har lært. Hvad er sammenhængen mellem bøn og at lære vor himmelske Fader at kende? Bed de unge mænd om at åbne deres *Pligt mod Gud*-hæfter og slå op på s. 15 (diakoner), s. 39 (lærere) eller s. 63 (præster) og planlægge at forbedre deres daglige bønner.

Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de, hvordan de kan lære vor himmelske Fader at kende? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på dette emne?

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om sine planer for at forbedre sine personlige bønner.
- Tilskynde de unge mænd til at realisere de planer, som de har lagt i dag, og være forberedt til ved et

kommende kvorumsmøde at fortælle, hvordan det har forbedret deres forhold til vor himmelske Fader.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren elskede sine disciple og bad for dem og tjente dem konstant. Han fandt muligheder for at være sammen med dem og udtrykke sin kærlighed. Han vidste, hvad deres interesser, håb og ønsker var, og hvad der foregik i deres tilværelse. Hold øje med muligheder for at give udtryk for din kærlighed til de unge mænd og hjælpe dem til at føle og vide, hvor meget deres himmelske Fader også elsker dem.



# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra M. Russell Ballard, »Fædre og sønner: Et bemærkelsesværdigt forhold«, Liahona, nov. 2009, s. 47-50*

Til jer aronske præstedømmebærere, jeg tror, at I ved at gøre disse tre enkle ting kan gøre jeres forhold til jeres far endnu bedre, end det er lige nu.

*For det første*, stol på jeres far. Han er ikke fuldkommen, men han elsker jer og vil aldrig gøre noget, som han ikke mener er i jeres bedste interesse. Så tal med ham. Fortæl ham om jeres tanker, følelser, og hvad I drømmer om og frygter for. Jo mere han ved om jeres liv, jo større chance har han for at forstå jeres bekymringer og kunne give jer gode råd. Når I viser jeres far tillid, vil han føle et ansvar ved den tillid og gøre sig endnu større anstrengelser for at forstå og hjælpe. Som jeres far er han berettiget til inspiration på jeres vegne. Hans råd til jer er et kærligt udsagn fra en, som kender og elsker jer. Mere end noget andet ønsker jeres far, at I er glade og opnår succes, så hvorfor skulle I ikke kunne stole på ham? Drengene, stol på jeres far.

*For det andet* så vis interesse for jeres far og hans liv. Spørg til hans arbejde, interesser og mål. Hvorfor besluttede han sig for at arbejde med det, han gør?

Hvordan var han dengang, han var på jeres alder? Hvordan mødte han jeres mor? Og når I lærer ham bedre at kende, kan det være, at I får en bedre forståelse af, hvordan hans erfaringer gør, at han reagerer, som han gør. Hold øje med jeres far. Se hvordan han behandler jeres mor. Se hvordan han varetager sine kaldelser i Kirken. Se hvordan han omgås andre mennesker. I vil blive overrasket over at se, hvor meget I kan lære om ham bare ved at iagttage og lytte til ham. Tænk over, hvad I ikke ved om ham og find ud af det. Jeres kærlighed, beundring og forståelse vil tiltage af det, I finder ud af. Drengene, vis interesse for jeres fars liv.

Og *for det tredje* bed jeres far om råd. Lad os være ærlige: Han giver jer sikkert råd, uanset om I beder om det eller ej, men det virker så meget bedre, når I beder om det! Spørg ham til råds omkring kirkeaktiviteter, klasser, venner, skolen, dating, sport eller andre hobbyer. Spørg ham til råds om jeres kaldelser i Kirken, om jeres forberedelse til mission og beslutninger eller valg, I skal træffe. Intet viser større respekt for et andet menneske end at bede om et råd, for det man i virkeligheden siger, når man beder om råd, er: »Jeg anerkender din viden, og den erfaring du har, og jeg påskønner dine ideer og forslag.« Og det er godt for en far at høre fra sin søn.



JANUAR: GUDDOMMEN

# Hvad ved vi om Guddommens natur?

Guddommen omfatter Gud, den evige Fader, Frelseren Jesus Kristus og Helligånden. Selv om medlemmerne af Guddommen er særskilte væsener med særskilte roller, er de ét i formål. De arbejder i fuldstændig enighed for at opfylde vor himmelske Faders frelsesplan.

---

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du dig inspireret til at videregive til de unge mænd?*

1 Mos 1:26-27 (Vi er skabt i Guds billede)

Boyd K. Packer, »Vidnet«, *Liahona*, maj 2014

Matt 3:13-17 (Hvert medlem af Guddommen gav sig til kende ved Kristi dåb)

Robert D. Hales, »Evgit liv er at kende for himmelske Fader og hans Søn, Jesus Kristus«, *Liahona*, nov. 2014, s. 80-82

Joh 17:21; L&P 20:28 (Guddommens medlemmer er forenede)

Jeffrey R. Holland, »Den eneste sande Gud, og ham, han har udsendt, Jesus Kristus«, *Liahona*, nov. 2007, s. 40-42

ApG 7:55-56; JS-H 1:14-17 (Stefanus og Joseph Smith så Faderen og Sønnen som to særskilte væsener)

»Gud Faderen«, »Helligånden«, »Jesus Kristus«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 59-61, 65-67, 75-77

L&P 130:22-23 (Faderen og Sønnen har fysiske legemer. Det har Helligånden ikke)

Video: »The Restoration« (Genoprettelsen); se også *Lære og Pagter* dvd-præsentationer

TA 1:1 (Vi tror på de tre medlemmer i Guddommen)

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplygter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmede.*

Hvordan kan en forståelse af Guddommen hjælpe dig til at vide, hvem du er? Hvordan adskiller vores kundskab om Guddommen sig fra andre religioners overbevisninger?

Hvordan vil en forståelse af Guddommens natur hjælpe de unge mænd?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv for at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed et kvorumsmedlem om på forhånd at forberede en to minutter lang gennemgang af det, han lærte i sidste lektion.
- Bed de unge mænd om at lave et rollespil over, hvordan de kan undervise nogen med en anden tro om de tre forskellige medlemmer af Guddommen. Hvilke skriftsteder kan de anvende? Hvorfor føler de, at denne viden er så vigtig?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå Guddommens natur. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om Guddommen (se »Forstå læresætningen«, side 18, 42 eller 66).
- Læs sammen ældste Jeffrey R. Hollands beskrivelse af andre kristne overbevisninger vedrørende Guddommen (i hans tale »Den eneste sande Gud, og ham, han har udsendt, Jesus Kristus«). Vis de unge mænd scenen med det første syn i videoen »Genoprettelsen« eller vis et billede af det første syn (se hæftet *Evangelisk kunst*, s. 90). Hvad lærte Joseph om Guddommen? Hvordan var det, han lærte, forskelligt fra det, andre kristne troede? Hvorfor er det, han lærte, vigtigt? Hvordan tror de unge mænd, at denne oplevelse ændrede, hvad Joseph troede om sig selv?
- Giv de unge mænd en liste med skriftsteder fra dette oplæg. Bed de unge mænd hver især om at studere et af skriftstederne og se efter, hvad de lærer om Guddommen og deres egen guddommelige natur. Lad de unge mænd fortælle, hvad de har fundet frem til. Hvordan kan denne viden påvirke deres daglige valg? Tilskynd dem til at beholde listen med disse skriftstedshenvisninger, så de kan bruge dem til at undervise andre om Guddommen.
- Giv hver af de unge mænd et stykke papir med følgende spørgsmål: Hvordan vil du beskrive Frelserens forhold til sin Fader? Hvordan er Faderen og Sønnen ét? Hvad er Helligåndens rolle? Bed dem om at overveje disse spørgsmål, mens de ser, lytter til eller læser ældste Robert D. Hales' tale »Evig liv er at

### Undervisningstip

Du kan bruge undervisningsaktiviteterne i dette afsnit til at finde ud af, hvad de unge mænd allerede kender til læren, og hvad de stadig har brug for at lære. Vær parat til om nødvendigt at justere din lektionsplan for at opfylde deres behov.

kende vor himmelske Fader og hans Søn, Jesus Kristus«. Giv dem tid til at nedskrive deres svar, og inviter dem til at fortælle, hvad de lærer.

- Del kvorummet op i tre grupper, og giv hver gruppe til opgave at lære om et medlem af Guddommen ved at læse om ham i *Tro mod sandheden* (se s. 59-61, 65-67 og 75-77) eller i præsident Boyd K. Packers tale »Vidnet«. Giv grupperne tilstrækkeligt med tid til at forberede sig til at undervise resten af kvorummet om egenskaberne og rollen hos deres medlem

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de Guddommens natur bedre? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om Guddommens medlemmer og sin taknemlighed for, at sandheden om dem er blevet gengivet ved Joseph Smith.
- Invitere kvorumsmedlemmerne til at fortælle andre om de sandheder, de har lært under kvorumsmødet i dag.

af Guddommen. Lad hver gruppe undervise resten af kvorummet.

- Opdel en eller begge konference-taler, der er foreslået i dette oplæg, i mindre afsnit. Giv et stykke til hver kvorumsmedlem (eller til grupper, afhængig af kvorummets størrelse). Skriv følgende på tavlen: »Hvad ved vi om Guddommens natur?« Lad de unge mænd finde svarene og fremlægge dem. Hvorfor er det vigtigt at kende Guddommens sande natur? (Se Joh 17:3).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stillede spørgsmål, der førte til dybsindige tanker og følelser. Han var oprigtigt interesseret i deres svar og glædede sig over deres udtryk for tro. Han gav dem mulighed for at stille deres egne spørgsmål, og han lyttede til deres oplevelser. Hvilke spørgsmål kan du stille, som vil hjælpe de unge mænd til at udvikle dybe følelser for Guddommen? Hvordan kan du i løbet af lektionen vise, at du er interesseret i deres svar?

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra Jeffrey R. Holland, »Den eneste sande Gud, og ham, han har udsendt, Jesus Kristus«, Liahona, nov. 2007, s. 40-42

Så enhver kritik om, at Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige ikke besidder det moderne kristne syn på Gud, Jesus og Helligånden er *ikke* en kommentar om vores forpligtelse over for Kristus, men snarere en (præcis, kunne jeg tilføje) anerkendelse af, at vores syn på Guddommen bryder med den kristne historie efter Det Nye Testamente og går tilbage til den lære, som Jesus selv underviste i. Det kan være nyttigt med en bemærkning om denne historie efter Det Nye Testamente.

I år 325 e.Kr. sammenkaldte den romerske kejser Konstantin koncilet i Nikæa for bl.a. at diskutere det omsiggribende emne om Guds påståede »tree-nige enhed«. Det, der kom ud af denne ophedede diskussion mellem kirkens mænd, filosoffer og høje gejstlige, blev (efter endnu 125 år og tre yderligere større råd) [Konstantinopel, 381 e.Kr., Efesus, 431 e.Kr., Kalchedon, 451 e.Kr.] kendt som den nikænske trosbekendelse med senere omformuleringer som fx den athanasianske trosbekendelse. Disse forskellige udfoldelser og gentagelser af trosbekendelser – samt andre, der kom til gennem århundrederne

– bekendtgjorde, at Faderen, Sønnen og Helligånden er abstrakte, absolutte, transcendent, allestedsnærværende, kan som samme substans manifestere sig forskelligt, er evige hver især og kan ikke kendes, er uden legeme, legemsdele eller passioner og dvæler uden for tid og rum. I sådanne trosbekendelser er alle tre medlemmer særskilte personer, men de er ét væsen, oftest nævnt som »tree-nighedens mysterium«. Der er tre adskilte personer, dog ikke tre Guder, men én. Alle tre personer er ubegribelige, dog er det én Gud, som er ubegribelig.

Vi er enige med vore kritikere på i det mindste det punkt – at en sådan formulering af guddom i sandhed er ubegribelig. Med en sådan forvirrende definition på Gud, der er blevet pålagt kirken, kan det ikke undre nogen, at en munk fra det 4. århundrede udbrød: »Ve mig! De har taget min Gud bort fra mig . . . og jeg ved ikke, hvem jeg skal tilbede eller henvende mig til.« [Citeret i Owen Chadwick, *Western Asceticism*, 1958, s. 235]. Hvordan *kan* vi have tillid til, elske og tilbede, for ikke at sige at stræbe efter at blive ligesom et væsen, der er ubegribeligt og som ikke kan kendes? Hvad med Jesu bøn til sin Fader i himlen, at »dette er det evige liv, at de *kender dig*, den eneste sande Gud, og ham, *du* har udsendt, Jesus Kristus«? (Joh 17:3; fremhævelse tilføjet).



JANUAR: GUDDOMMEN

# Hvorfor er Jesus Kristus vigtig i min tilværelse?

Jesus Kristus blev udvalgt til at være vor Frelser. Hans forsoning gør det muligt for os at opstå og omvende os og blive tilgivet, så vi kan vende tilbage til vor himmelske Faders nærhed. Udover at frelse os fra vore synder tilbyder Frelseren os fred og styrke i tider med prøvelser. Han er det fuldkomne eksempel for os, og hans lærdomme er fundamentet for lykke i dette liv og evigt liv i den næste verden.

Hvorfor er Jesus Kristus vigtig for dig? Hvordan har han påvirket din tilværelse?

Hvorfor er det vigtigt for de unge mænd at forstå Jesu Kristi rolle? Hvordan kan du hjælpe dem til at se hans betydning i deres tilværelse?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpemidler. Hvad kan hjælpe dig i din undervisning om, hvorfor Jesus Kristus er vigtig for de unge mænd?*

Matt 10:1 (Jesus Kristus gav sine apostle præstedømmemagten)

Joh 6:38 (Jesus Kristus kom for at udføre sin Faders vilje)

Joh 8:12; 3 Ne 11:11 (Jesus Kristus er verdens lys og liv)

Joh 14:6 (Jesus Kristus er vejen, sandheden og livet)

2 Ne 2:3-9; 9:5-12 (Lehi og Jakob vidner om Jesu Kristi forsoning)

3 Ne 27:14-16 (Jesus Kristus frelser os fra synd og død gennem sin forsoning)

3 Ne 27:27 (Jesus Kristus er vores eksempel)

»Den levende Kristus: Apostlenes vidnesbyrd«, *Liahona*, apr. 2000, s. 2-3 (se også *Tro mod Sandheden*, s. 75-77; eller *Pligt mod Gud*, s. 106)

José A. Teixeira, »Søg Herren«, *Liahona*, maj 2015, s. 96-98

Dallin H. Oaks, »Jesu lære«, *Liahona*, nov. 2011, s. 90-93

Jeffrey R. Holland, »Det første store bud«, *Liahona*, nov. 2012

Video: »Genvundet«

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv for at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Skriv et eller flere spørgsmål på tavlen for at hjælpe de unge mænd til at gennemgå det, de lærte sidste uge.

Bed de unge mænd om at slå op på »Jesus Kristus« i Guide til Skrifterne og gennemse listen under overskriften.

Bed dem om at finde ord og begreber, der beskriver Kristi rolle og mission. Hvad lærer de om Jesus Kristus, når de ser denne liste? Hvad er deres følelser for ham, nu de har gennemgået, hvad han har gjort for os?

---

## Lær sammen

*Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvorfor Jesus Kristus er vigtig i deres tilværelse. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kворum:*

- Bed kvorummets medlemmer om at gennemgå ældste José A. Teixeiras tale »Søg Herren« og se efter de velsignelser, som ældste Teixeira lover dem, der søger Jesus Kristus. Bed dem om at fortælle om det, som de finder i talen, og hvad de personligt gør for at gøre Frelseren til en vigtig del af deres dagligdag. Som en del af denne drøftelse kan I også sammen gennemgå de enkle vaner, som ældste Teixeira foreslår i sin tale. Bed de unge mænd om at sætte et mål om at bruge et af de forslag, I har drøftet i klassen, til at komme Kristus nærmere.

- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære om og undervise i forsoningen (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42 eller 66).

- Læs afsnittet under overskriften »Det han har gjort for os« i ældste

Dallin H. Oaks tale »Jesu lære«.

Hvordan vil de unge mænd besvare kvindens spørgsmål: »Hvad har han gjort for mig?« Skriv de efterfølgende ni overskrifter fra talen på tavlen (fra »Verdens liv« til »Forsoningen«). Bed de unge mænd om at vælge en eller flere af disse overskrifter og forberede en til to sætninger, som de ville bruge til at undervise kvinden om, hvad Jesus Kristus har gjort for hende. De kan bruge ældste Oaks tale, passende skriftsteder (såsom de, der er foreslået i dette oplæg) og deres egne oplevelser og vidnesbyrd. Bed dem om at fortælle om det, de har forberedt.

- Bed nogle af de unge mænd om at læse 2 Nefi 2:3-9 for at finde ud af, hvad Jesus Kristus gjorde for os. Bed de andre om at læse 2 Nefi 9:6-10 for at finde ud af, hvad konsekvenserne ville have været, hvis han ikke havde fuldført sin mission. Hvordan ville verden være anderledes? Fortæl om

### Undervisningstip

»Du bør passe på med ikke at tale mere end nødvendigt eller med ikke at give udtryk for din egen mening for ofte. Disse fremgangsmåder kan forårsage, at eleverne mister interessen. Betragt dig selv som en vejleder på en studierejse, der kommer med relevante kommentarer for at holde dem, som du underviser, på rette vej« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 64).

din kærlighed til Frelseren, og inviter de unge mænd til at gøre det samme.

- Vis billeder af Frelseren, der hjælper andre (se hæftet *Evangelisk kunst*, s. 36-60). Lad de unge mænd bruge et par minutter på at overveje og drøfte de forskellige måder, hvorpå Frelseren har hjulpet dem, deres familie og andre, de kender. Bed dem om at fortælle om deres følelser for Frelseren. Bed de unge mænd om at læse de sidste fire afsnit i ældste Jeffrey R. Hollands tale »Det første store bud« og overveje spørgsmålet. »Hvad kan jeg gøre for at vise, hvor vigtig Jesus Kristus er i min tilværelse?« Bed dem om at nedskrive deres tanker, og giv dem mulighed for at fortælle om dem, hvis de føler sig trygge ved det.
- Vis videoen »Genvundet«. Hvad lærer videoen de unge mænd om,

*Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de vigtigheden af Jesus Kristus i deres tilværelse? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om Frelseren.
- Bede kvorumsmedlemmerne om at overveje, hvordan deres vidnesbyrd om Frelseren kan være til velsignelse for nogen, de kender, og opfordre dem til at bære deres vidnesbyrd.

hvad Jesus Kristus kan gøre for dem? Hvordan kan de bruge denne videos budskab til at hjælpe mennesker, der har svært ved at tilgive sig selv, eller føler, at Frelserens hjælp er udenfor deres rækkevidde? Hvilke skriftsteder kan de bruge? (se fx Es 1:18; Alma 36:3, 27; Eter 12:27; L&P 58:42-43).

- Vis et billede af Frelseren, og skriv følgende spørgsmål på tavlen: »Hvem er Jesus Kristus?« »Hvad har han gjort for os?« »Hvordan kan vi vide, at han lever i dag?« Bed de unge mænd om at kigge i »Den levende Kristus: Apostlenes vidnesbyrd« eller salmebogen for at finde svar på disse spørgsmål (se »Jesus Kristus – Frelser« under Emne i salmebogen). Bed dem fortælle, hvad de har fundet frem til. Hvilken betydning har deres vidnesbyrd om Jesus Kristus i deres dagligdag?

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede mennesker til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. Han gav dem mulighed for at lære gennem storslåede oplevelser. Hvad kan du gøre for at hjælpe de unge mænd til at indse betydningen af at gøre Jesus Kristus til en del af deres tilværelse?



## DEN LEVENDE KRISTUS

### APOSTLENES VIDNESBYRD

#### JESU KRISTI KIRKE AF SIDSTE DAGES HELLIGE

**N**u, hvor vi mindes Jesu Kristi fødsel for to tusind år siden, bærer vi vores vidnesbyrd om, at han virkelig levede et enestående liv, og at hans store sonoffer rummer uendelig kraft. Ingen anden har haft så vidtrækkende indflydelse på alle, der har levet, og som kommer til at leve på jorden.

Han var Det Gamle Testaments store Jehova (Jahve) og Det Nye Testaments Messias. Under sin Faders ledelse skabte han jorden. »Alt blev til ved ham, og uden ham blev intet til af det, som er« (Joh 1:3). Skønt han var uden synd, lod han sig døbe for at opfylde al retfærdighed. Han »færdedes overalt og gjorde vel« (ApG 10:38), men blev foragtet for det. Hans evangelium var et budskab om fred og velvilje. Han opfordrede alle til at følge sit eksempel. Han vandrede ad Palæstinas veje, hvor han helbredte de syge, gjorde de blinde seende og opvakte de døde. Han forkyndte evigheds sandheder, virkeligheden af vores førjordiske tilværelse, formålet med vores liv på jorden og Guds sønners og døtres muligheder i det kommende liv.

Han indstiftede nadveren som en påmindelse om sit store sonoffer. Han blev pågrebet og anklaget på falsk grundlag, kendt skyldig for at stille pøblen tilfreds og dømt til at dø på Golgatas kors. Han gav sit liv for at sone for hele menneskeheds synder. Hans gave var en storslået gave som stedfortræder for alle mennesker, der nogensinde kommer til at leve på jorden.

Vi bærer højtideligt vidnesbyrd om, at hans liv, der spiller en central rolle i menneskets historie, hverken begyndte i Betlehem eller endte på Golgata. Han var Faderens Førstefødte, den Enbårne Søn i kødet, verdens Forløser.

Han opstod fra graven »førstegrøden af dem, der er sovnet hen« (1 Kor 15:20). Som den opstandne Herre besøgte han dem, han havde elsket i dette liv. Han virkede også blandt sine »andre får« (Joh 10:16) i oldtidens Amerika. I vore dage viste han og hans Fader sig for dren-

gen Joseph Smith og indvarslede den lovede »tidernes fylde« (Ef 1:10).

Om den levende Kristus skrev profeten Joseph: »Hans øjne var som en ildslue, hans hår var hvidt som nyfalden sne, og hans ansigt overgik solen i klarhed. Hans røst var som store vandes brusen, ja, Jehovas røst, som sagde:

Jeg er den første og den sidste. Jeg er den, som lever. Jeg er den, der blev slået ihjel, og jeg er jeres Talsmand hos Faderen« (L&P 110:3-4).

Om ham har profeten også sagt: »Og nu, efter de mange vidnesbyrd, som er blevet givet om ham, er dette det sidste vidnesbyrd, som vi giver om ham: at han lever!

Thi vi så ham ved Faderens højre hånd, og vi hørte røsten, som vidnede, at han er Faderens Enbårne,

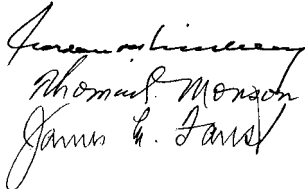
at ved ham, gennem ham og af ham, eksisterer og skabtes verdenerne, og at deres indbyggere er sønner og døtre, født af Gud« (L&P 76:22-24).

Vi erklærer i al højtidelighed, at hans præstedømme og hans Kirke er blevet gengivet til jorden – »bygget på apostlenes og profeternes grundvold med Jesus Kristus selv som hovedhjørnesten« (Ef 2:20).

Vi bærer vidnesbyrd om, at han en dag vil vende tilbage til jorden. »Herrens herlighed skal åbenbares, og alle mennesker skal se den« (Es 40:5). Han skal herske som Kongernes Konge og regere som Herrernes Herre, og hvert knæ skal bøje sig og hver tunge skal tilbede ham. Enhver af os skal fremstilles for Gud for at blive dømt efter vore gerninger og vores hjertes ønsker.

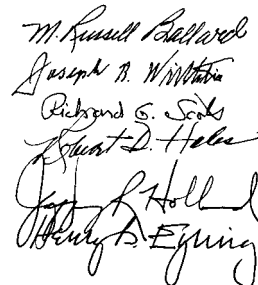
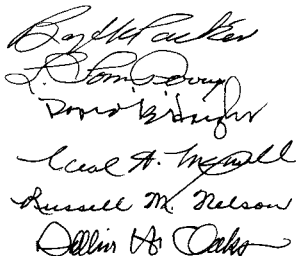
Vi bærer, som hans behørigt indsatte apostle, vidnesbyrd om, at Jesus er den levende Kristus, Guds udødelige Søn. Han er den store kong Immanuel, som i dag står ved sin Faders højre hånd. Han er verdens lys og liv og håb. Hans vej er den sti, der fører til glæde i dette liv og evigt liv i den kommende verden. Vi takker Gud for den enestående gave, som han gav os i form af sin guddommelige Søn.

#### DET FØRSTE PRÆSIDENTSKAB



1. januar 2000

#### DE TOLVS KVORUM





JANUAR: GUDDOMMEN

## Hvad er Helligåndens rolle?

Helligånden vidner om sandheden. Han er kilden til personlig vidnesbyrd og åbenbaring. Han kan vejlede os i vore beslutninger og beskytte os mod fysisk og åndelig fare. Han er kendt som Talsmanden, og han kan berolige og trøste os og fylde os med håb. Gennem hans kraft bliver vi helliggjort, når vi omvender os, modtager frelsende ordinancer og holder vore pagter. For at virke bedst muligt i præstedømmet er det vigtigt, at vi lærer at lytte til og følge Helligåndens tilskyndelser.

Hvilke personlige oplevelser kan du fortælle de unge mænd, som vil hjælpe dem til at forstå Helligåndens rolle?

Hvorfor er det vigtigt for de unge mænd, at de lærer at anerkende og følge Åndens tilskyndelser? Hvordan kan du hjælpe dem til at være værdige til og søge altid at have ham hos sig?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

### Forbered dig åndeligt

*Når du studerer disse skriftsteder og andre hjælpemidler om Helligånden, så søg hans vejledning for at vide, hvad du skal undervise de unge mænd om vedrørende vigtigheden af at have Helligånden hos sig.*

Joh 14:26-27 (Talsmanden kan lære os og minde os om alt)

Joh 15:4; L&P 42:17; Moses 1:24 (Helligånden aflægger vidnesbyrd om Faderen og Sønnen)

Gal 5:22-23 (Paulus beskriver Åndens frugt)

2 Ne 32:5 (Helligånden vil vise os, hvad vi skal gøre)

3 Ne 27:20 (Modtagelse af Helligånden helliggør os)

Moro 8:26 (Helligånden fylder os med håb og kærlighed)

Moro 10:5 (Helligånden belærer os om sandheden)

Robert D. Hales, »Helligånden«, *Liahona*, maj 2016, s. 105-107

Larry H. Lawrence, »Hvad mangler jeg så?«, *Liahona*, nov. 2015, s. 33-35

Henry B. Eyring, »Helligånden som jeres ledsager« *Liahona*, nov. 2015, s. 104-107

Videoer: »Åndens røst«, »Fjendens territorium«

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmemepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv for at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Giv de unge mænd et øjeblik til at overveje og fortælle om noget, de husker fra sidste uges lektion. Overvej, hvordan du kan skabe sammenhæng mellem deres svar og dagens lektion.
- Bed de unge mænd om at skrive om et tidspunkt, hvor de har følt Helligåndens påvirkning i deres tilværelse. Hvad gjorde de for at modtage hans påvirkning? Hvilken forskel gjorde hans påvirkning? Hvis det er passende, så bed adskillige af dem om at fortælle om deres oplevelser.

---

## Lær sammen

*Hvert af forslagene herunder vil hjælpe kворumsmedlemmerne til at forstå Helligåndens rolle. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kворum:*

- Bed hver af de unge mænd om at studere en del af præsident Henry B. Eyrings tale »Helligånden som jeres ledsager« og forberede sig på at fortælle de andre i kворummet, hvad de lærer om Helligånden. De unge mænd kunne også kigge i ældste Larry H. Lawrences tale »Hvad mangler jeg så?« for at finde eksempler på, hvordan Helligånden kan hjælpe os. Bed de unge mænd om at fortælle om nogle oplevelser, hvor Helligånden har hjulpet dem på måder, der ligner de oplevelser, som præsident Eyring og ældste Lawrence beskriver.
- Bed et kворumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om Helligånden (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42 eller 66).
- Bed de unge mænd om at gennemgå følgende skriftsteder, identificere Helligåndens rolle i hvert og fortælle, hvordan hans påvirkning kan velsigne dem: Johannes 14:26; 15:26; Galaterne 5:22-23; 2 Nefi 32:5; 3 Nefi 27:20. De unge mænd kan også gennemgå dele af ældste Robert D. Hales' tale »Helligånden« for at lære om Helligåndens roller. Bed dem om at nævne tidspunkter i deres tilværelse, hvor de vil have brug for Helligåndens påvirkning. På hvilke tidspunkter vil det være vigtigt, at Helligånden viser dem, hvad de skal gøre? Hvornår kan de unge mænd have brug for at føle Helligåndens trøstende påvirkning? Overvej at dele en personlig oplevelse, hvor du har modtaget hjælp fra Helligånden.
- Vis en af videoerne, der er nævnt i dette oplæg, og bed de unge mænd være opmærksomme på, hvad denne video lærer dem om at modtage vejledning fra Helligånden. Bed hver

### Undervisningstip

»Når du ved hjælp af bøn forbereder dig til at undervise ... [kan du] blive vejledt til at fremhæve bestemte principper. Du kan nå til en forståelse af, hvordan du bedst kan forelægge visse tanker. Du kan få øjnene op for eksempler, illustrationer og inspirerende historier i livets enkle gøremål. Du kan føle dig tilskyndet til at bede en bestemt person om at hjælpe med lektionen. Du kan blive mindet om en personlig oplevelse, som du kan fortælle om« (Undervisning, den største kaldelse 2000, s. 47-48).

af de unge mænd om at fortælle, hvad han lærte. Skriv derpå følgende udtalelse fra Julie B. Beck på tavlen: »Evnen til at gøre sig værdig til, modtage og handle i henhold til personlig åbenbaring er den allervigtigste færdighed, man kan opnå i dette liv. Har vi den, kan vi ikke fejle; har vi den ikke, kan vi ikke få fremgang« (»Selv over jeres trælle og trækvinder vil jeg udgyde min ånd i de dage«, *Liahona*, maj 2010, s. 10). Bed dem om at tænke over og nedskrive, hvordan dette citat

*Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de Helligåndens opgave? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Hvis det er passende, fortælle en oplevelse, hvor han har følt Helligåndens påvirkning på en af de måder, der er blevet drøftet ved kvorumsmødet.

påvirker dem, samt vigtigheden af at leve værdigt til at have Ånden og følge den. Bed dem om at overveje, hvad de kan gøre for i endnu højere grad at have Helligånden hos sig.

- Bed de unge mænd om at kigge i salmebogen i emneregistret under »Helligånden« for at finde en salme, der lærer os, hvordan Helligånden kan hjælpe os. Bed dem om at gengive nogle linjer fra de salmer, de har valgt. Overvej at synge en af salmerne sammen i kvorummet.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren brugte enkle historier, lignelser og eksempler fra det virkelige liv for at undervise på en måde, der gav mening for disciplene. Hvilke personlige oplevelser kan du fortælle de unge mænd, som vil hjælpe dem til at forstå Helligåndens rolle og skabe et ønske om at søge og være værdige til sådanne oplevelser?

- Opfordre de unge mænd i kvorummet til at være værdige til og søge samvær med Helligånden.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Henry B. Eyring, »Helligånden som jeres ledsager«, Liahona, nov. 2015, s. 104-105*

Altid at have Ånden hos os vil sige at have Helligåndens vejledning i vores daglige liv. For eksempel kan vi blive advaret af Ånden om at modstå fristelsen til at øve ondt.

Alene af den grund er det nemt at se, hvorfor Herrens tjenere har prøvet at styrke vores ønske om at tilbede Gud til vore nadvermøder. Hvis vi tager nadveren i tro, vil Helligånden blive i stand til at beskytte os og dem, vi elsker, mod de fristelser, der kommer med større intensitet og hyppighed.

Helligåndens følgeskab gør det gode mere attraktivt og fristelserne mindre spændende. Det alene bør være nok til at få os til at beslutte os til at blive værdige til altid at have Ånden hos os.

Ligesom Helligånden styrker os mod ondt, giver han os også kraften til at skelne mellem sandt og forkert. Den sandhed, der betyder mest, bekræftes kun ved åbenbaring fra Gud. Vores menneskelige fornuft og brugen af vore fysiske sanser er ikke nok.

Vi lever i en tid, hvor selv den klogeste vil have svært ved at skelne sandhed fra drevent bedrag.

Herren sagde til sin apostel Thomas, der ønskede et fysisk bevis på Frelserens opstandelse ved at røre hans sår, at åbenbaring er et mere sikkert bevis: »Jesus sagde til ham: ›Du tror, fordi du har set mig. Salige er de, som ikke har set og dog tror‹« (Joh 20:29).

Sandheden, der viser vejen hjem mod Gud, bliver bekræftet af Helligånden. Vi kan ikke besøge lunden og se Faderen og Sønnen tale til den unge Joseph Smith. Intet fysisk bevis eller noget logisk argument kan bekræfte, at profeten Elias som lovet kom og overdrog de præstedømmenøgler, der nu besiddes og udøves af en levende profet, Thomas S. Monson.

Bekræftelse af sandheden kommer til de af Guds sønner eller døtre, der har gjort fordring på retten til at modtage Helligånden. Da vi kan blive udsat for usandheder og løgne til alle tider, har vi brug for en konstant indflydelse fra sandhedens Ånd for at spare os for tider med tvivl.«



JANUAR: GUDDOMMEN

# Hvem er jeg, og hvem kan jeg blive?

Vi er vor himmelske Faders sønner, skabt i hans billede, med potentialer til at blive ligesom ham. Vi er guddommeligt skabt med unikke gaver og talenter, der vil hjælpe os til at udføre vore pligter som præstedømmebærere. Kundskaben om, hvem vi er, giver vores liv et formål og hjælper os til at træffe de rigtige valg.

---

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpeskilder. Hvad føler du dig inspireret til at formidle til de unge mænd?*

Sl 82:6; ApG 17:28-29; Hebr 12:9; L&P 76:24 (Vi er Guds børn)

Matt 25:14-30 (Lignelsen om talenterne)

Luk 15:4-6, 11-32; Joh 3:16; L&P 18:10-15 (En sjæls værdi er stor)

Moses 1:4-22 (Moses erfarer, at han er Guds søn)

Donald L. Hallstrom, »Jeg er Guds kære barn«, *Liahona*, maj 2016, s. 26-28

Dale G. Renlund, »Sidste dages helige bliver ved med at prøve«, *Liahona*, maj 2015, s. 56-58

Dieter F. Uchtdorf, »Fire titler«, *Liahona*, maj 2013, s. 58-61

»Jeg er Guds kære barn«, *Salmer og sange*, nr. 195

Video: »Jeg er Guds søn«, »Vor sande identitet«,

Hvordan påvirker det dine tanker og handlinger, at du ved, at du er Guds søn? Hvilke gaver og talenter har Gud givet dig? Hvordan kan du bruge dem til velsignelse for de unge mænd, du underviser?

Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at anerkende deres guddommelige potentialer? Hvordan kan denne forståelse hjælpe dem til at træffe de rigtige beslutninger? Hvilke særlige gaver og talenter har de unge mænd, du underviser? Hvordan kan du opmuntre dem til at benytte disse gaver og talenter til velsignelse for andre?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed et par af de unge mænd om at fortælle, hvad der var det vigtigste for dem i sidste uges lektion, og hvordan de har anvendt det i deres hverdag.
- Skriv følgende spørgsmål på tavlen: »Hvad ved jeg om vor himmelske Fader?« »Hvad lærer det mig om, hvem jeg er, og hvem jeg kan blive?« »Hvordan påvirker denne viden mine tanker og handlinger?« Giv de unge mænd tid til at overveje disse spørgsmål, og bed dem derefter komme op til tavlen og skrive deres svar.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå deres guddommelige identitet og potentiale. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Tænk på en enkel aktivitet, der kan hjælpe de unge mænd til at forstå, at det kræver tålmodighed og ihærdighed at blive som Gud. Denne aktivitet bør indeholde adskillige forsøg på at lykkes med noget. De unge mænd kunne for eksempel gentagne gange prøve at kaste en genstand i en papirkurv uden at se. Hvad lærer denne aktivitet os om at være ihærdige? Hvordan kan vi relatere denne proces til det at blive som vor himmelske Fader? Bed hver af de unge mænd om at se efter og fortælle om udtalelser fra ældste Dale G. Renlunds tale »Sidste dages hellige bliver ved med at prøve«, der udtrykker det, som de hver især har lært af denne aktivitet.
- Bed de unge mænd læse Moses 1:4–7 og finde, hvad Moses lærte om sig selv. Bed dem om at læse vers 12 og se, hvad Satan gjorde for at modvise det, Moses lærte. Læs vers 13–22 sammen. Spørg de unge mænd, hvad denne historie lærer dem om dem selv, vor himmelske Fader, Frelseren og modstanderen. Hvilke situationer står de unge mænd overfor, hvor denne viden vil være en hjælp for dem? Overvej at vise videoen »Jeg er Guds søn« som en del af denne samtale.
- Bed de unge mænd om at opremse nogle af de titler, de har eller kan få gennem livet. Hvad siger disse titler om dem? Bed dem om at vælge en eller to titler, der er vigtigst for dem. Del kvorummet op i fire grupper, og tildel hver gruppe en af titlerne i præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »Fire titler«. De kan også læse dele af ældste Donald L. Hallstroms tale »Jeg er Guds kære barn«. Bed hver gruppe om at fortælle hele kvorummet, hvad de har lært, og hvordan det kan anvendes i deres liv. De unge mænd

### Undervisningstip

»Det betyder mindre, hvor meget stof du når at gennemgå, end hvordan det påvirker tilværelsen for dem, som du underviser. Da for mange begreber på én gang kan forvirre eller trætte eleverne, er det for det meste bedst at fokusere på ét eller to hovedprincipper« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 98–99).

kunne som en del af denne aktivitet synge »Jeg er Guds kære barn« (*Salmer og sange*, nr. 195).

- Vis videoen »Vores sande identitet« til medlemmerne af kvorummet (eller læs nogle af de følgende skriftsteder: 1 Joh 3:1-3; L&P 84:37-38; 88:107; 132:20), og bed dem skrive et udsagn, som de finder meningsfuldt. Bed dem om at fortælle, hvad de har skrevet, og forklare, hvorfor de skrev

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de, hvem de er, og hvad de kan blive? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om, at vi er Guds børn, og forklare, hvordan dette vidnesbyrd påvirker hans handlinger.
- Bede de unge mænd overveje, hvordan de kan bruge deres gaver og talenter til at velsigne vor himmelske Faders børn.

det. Hvad har de lært fra denne video eller disse skriftsteder om, hvem de er, og hvem de kan blive? Hvordan kan denne viden påvirke de valg, de træffer? Som en del af denne drøftelse kan du overveje at gengive den følgende udtalelse fra præsident Gordon B. Hinckley: »Hele hensigten med evangeliet [er] at føre os videre og opad til større resultater, ja til syvende og sidst til guddommelighed« (»Tab ikke bolden«, *Stjernen*, jan. 1995, s. 45).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren kendte dem, han underviste, og han vidste, hvem de kunne blive. Han fandt særskilte måder, hvorpå han kunne hjælpe dem til at lære og udvikle sig. Når de kæmpede, gav han ikke op, men blev ved med at elske dem og tjene dem. Tænk over, hvem de unge mænd er, og hvem de kan blive, når du underviser dem, og find måder, hvorpå du kan hjælpe med at opnå deres guddommelige potentiale.



# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra Dieter F. Uchtdorf, »Fire titler«, Liahona, maj 2013, s. 58, 59, 60

Jeg vil foreslå fire titler, som jeg tror passer til alle præstedømmebærere rundt om i verden – titler som kan hjælpe os til at se, hvad vores individuelle rolle er i Guds plan og vores potentiale som præstedømmebærere i Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige.

## Søn af vor himmelske Fader

En titel, der på mest grundlæggende vis definerer os alle, er *søn af vor himmelske Fader*. Uanset hvad vi gør eller er i livet, så må vi aldrig glemme, at vi er Guds bogstavelige åndelige børn. Vi var hans børn, før vi kom til denne verden, og vi vil for evigt være hans børn. Denne basale sandhed bør ændre den måde, vi ser os selv, vore søskende og selve livet på ...

Brødre, sammenlignet med Guds fuldkommenhed er vi dødelige jo blot kluntede, vaklende småbørn. Men vor kærlige himmelske Fader ønsker, at vi bliver mere som ham, og kære brødre, det bør også være vores evige mål. Gud forstår godt, at vi ikke når det på et øjeblik, men ved at tage et skridt ad gangen ...

## Jesu Kristi disciple ...

Alle, der oprigtigt stræber efter at følge Kristus, kaldes hans *disciple*. Selvom vi godt ved, at ingen af os er fuldkomne, så bruger vi ikke det faktum som en undskyldning for at sænke vore forventninger, ikke leve op til vore muligheder, udskyde vores omvendelse eller nægte at blive bedre, mere fuldkomne og rene disciple af vor Mester og Konge. ...

Brødre, det er en livslang rejse at følge Frelseren. På vores billedlige rejse fra Betlehem til Golgata vil der byde sig mange muligheder for at følge en anden

kurs. Til tider vil vejen være mere krævende, end vi havde håbet på. Men som mænd med præstedømmet må vi have modet til at følge vor Forløser, selv når korset synes for tungt at bære. ...

## Sjælesørger

Brødre, hvis vi alle vitterlig følger vor Herre Jesus Kristus, må vi påtage os en tredje titel: *Sjælesørger*. Vi, der er blevet ordineret til Guds præstedømme, er kaldede til at udvise Herrens »barmhjertighed« (»Herre, jeg vil følge dig«, *Salmer og sange*, nr. 152)

Det er vores opgave at opbygge, reparere, opløfte og hele. Vores opgave er at følge Frelserens eksempel og række ud mod dem, som lider. ...

Som præstedømmebærere er det vores vigtigste ansvar – og det gælder både bærere af Det Aronske Præstedømme og Det Melkisedekske Præstedømme. Jesu Kristi gengivne evangelium er ikke blot til velsignelse, når vi tror på det – men langt mere, når vi efterlever det. ...

## Arving til evigt liv

Den fjerde titel, som vi alle deler, fører os tilbage til den første på vores liste. Som sønner af vor himmelske Fader er vi alle *arvinger* til alt det, han har.

»Ånden selv vidner sammen med vores ånd om, at vi er Guds børn.

Men når vi er børn, er vi også arvinger, Guds arvinger og Kristi medarvinger, så sandt som vi lider med ham for også at herliggøres med ham« (Rom 8:16-17).

Tænk på dette, mine elskede brødre. Vi er Kristi medarvinger!

# Februar: Frelsesplanen

»For se, dette er min gerning og herlighed: At tilvejebringe udødelighed og evigt liv for mennesket« (Moses 1:39).

En forståelse af frelsesplanen er afgørende for åndelig læring. Alt, hvad en ung mand lærer om evangeliet – og hvad han lærer om timelige ting – bør perspektiveres i forhold til frelsesplanen, så han kan skelne mellem det, der har evig betydning, og det, der er foruden. Når en ung mand virkelig forstår frelsesplanen, så lever han sit liv med et større formål. Han ser sine prøvelser og modgang som en mulighed for at udvikle sig. Han træffer valg på grund af deres evige konsekvenser hellere end at søge umiddelbar tilfredsstillelse. Han er i stand til at finde glæde og lykke.

For at integrere Pligt mod Gud i søndagens kvorumsmøder, kan du denne måned overveje at undervise i Pligt mod Gud-oplægget herunder.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvilken rolle spiller jeg i fuldførelsen af vor himmelske Faders plan? (Pligt mod Gud)*

*Hvad er frelsesplanen?*

*Hvad skete der i det førjordiske liv?*

*Hvad er livets formål?*

*Hvorfor har de valg, jeg træffer, betydning?*

*Hvorfor har vi modgang?*

*Hvordan kan jeg finde trøst, når nogen, jeg holder af, dør?*

*Hvorfor skal jeg behandle mit legeme som et tempel?*

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvælg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

»Præstedømmepligter«, s. 23, 46-47, 70-71

»Indbyd alle til at komme til Kristus«, s. 28-29, 50-51, 72-73

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68



## PLIGT MOD GUD

# Hvilken rolle spiller jeg i fuldførelsen af vor himmelske Faders plan?

Vor himmelske Fader har sagt, at hans gerning og herlighed er »at tilvejebringe udødelighed og evigt liv for mennesket« (Moses 1:39). Som præstedømmebærere spiller vi en rolle i vor himmelske Faders plan, når vi holder os værdige og udfører vore præstedømmepligter. Disse pligter omfatter at udføre præstedømmeordinancer, tjene andre og invitere alle til Kristus.

---

### Forbered dig åndeligt

*Lyt til Helligånden, når du studerer disse hjælpeklider. Overvej, hvad de unge mænd kan gøre for at lære, hvordan de hjælper Gud, når de udfører deres pligter.*

Moses 1:39 (Det er Guds gerning og herlighed at ophøje sine børn)

L&P 20:46-60, 75-79; 84:111; 107:68 (Det Aronske Præstedømmes pligter)

L&P 38:42 (Præstedømmebærere skal være rene og værdige)

Video: »Indbyd alle: Kom til Kristus«

Video: »Udførelse af din pligt mod Gud«

*Udførelse af min pligt mod Gud*, s. 23 (diakonernes pligter), 46-47 (lærernes pligter), 70-71 (præsternes pligter)

»Budskab til de unge fra Det Første Præsidentskab«, *Til styrke for de unge*, s. ii-iii

Tænk på oplevelser, du har haft, når du har udført dine præstedømmepligter. Hvad har resultaterne af din indsats været? Hvordan har du hjulpet vor himmelske Fader med at opfylde sin plan?

Hvornår har du set de unge mænd være til velsignelse for andre gennem deres tjeneste i præstedømmet?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Vis et billede af Johannes Døber (se hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 35), og spørg, hvad han gjorde for at berede vejen for Frelseren (se Matt 3). Spørg kvorumsmedlemmerne, hvordan de bereder vejen for Frelserens tilbagevenden, når de udfører deres præstedømmepligter.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvordan udførelsen af deres præstedømmepligter hjælper vor himmelske Fader med at fuldføre sin plan. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at læse »Budskab fra Det Første Præsidentskab« og se efter råd fra Det Første Præsidentskab, der kan hjælpe dem til at opfylde deres rolle i vor himmelske Faders plan. Hvordan støtter præstedømmepligter disse roller?
- Bed de unge mænd om hver især at søge i afsnittet »Præstedømmepligter« i hæftet *Pligt mod Gud* (s. 23, 46-47 eller 70-71) og understrege ord og begreber, der relaterer sig til aktiv handling. Bed de unge mænd om at forklare, hvordan hver pligt er en hjælp i udførelsen af vor himmelske Faders plan. Hvordan er de unge mænd blevet velsignet ved andres tjeneste i præstedømmet? Hvilke eksempler har de oplevet, hvor præstedømmetjeneste har været til velsignelse for andre?
- Gennemgå i kvorummet Lære og Pagter 20:46-60. Bed de unge mænd om at fortælle om oplevelser, hvor de har udført deres pligt til at invitere andre til at komme til Kristus – herunder familiemedlemmer og venner. Hvordan hjælper de Gud med at fuldføre hans plan? Bed dem om at lave rollespil over mulige situationer, hvor de har mulighed for at fortælle om evangeliet. For eksempel: »Din ven spørger dig, hvorfor du ikke drikker the og kaffe eller spiller fodbold om søndagen.« Hvordan kan de besvare deres vens spørgsmål, hvis de ønsker at fortælle om evangeliet? Bed dem om at slå op på s. 29, 53 eller 77 i deres hæfte *Pligt mod Gud* og lægge planer ud fra det, de har lært.
- Vis en eller begge de videoer, der er forslået i dette oplæg. Bed de unge mænd om at fortælle, hvilke præstedømmepligter disse videoer berører, og hvordan disse præstedømmepligter hjælper med at fuldføre Guds plan (se *Pligt mod Gud* s. 23, 46-47 eller 70-71 for at få et overblik

### Planer for Pligt mod Gud

Afsæt i slutningen af kvorums mødet tid til, at de unge mænd kan lægge planer i deres *Pligt mod Gud*-hæfter.

over præstedømmepligterne). Hvilke oplevelser har de haft i udførelsen af disse pligter? Hvorfor er det vigtigt at forstå, at udførelsen af vore pligter

er med til at fuldføre Guds plan? Hvordan påvirker denne forståelse den måde, hvorpå de udfører deres pligter?

*Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært i dag. Forstår de deres rolle i fuldførelsen af vor himmelske Faders plan? Hvilke følelser eller indtryk har de? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kворumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om andre kворumsmedlemmer, som han har set hjælpe med at fuldføre Guds plan med deres tjeneste i præstedømmet.
- Rådføre sig med kворumsmedlemmerne om, hvad de kan gøre som kворum for bedre at udføre deres præstedømmepligter.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren bad for sine disciple og tjente dem til stadighed. Han fandt muligheder for at være sammen med dem og udtrykke sin kærlighed. Du har mange muligheder for at yde præstedømmetjeneste med en bærer af Det Aronske Præstedømme ved din side. Fortæl i disse stunder, hvordan det, I gør, er med til at fuldføre vor himmelske Faders frelsesplan.



## Hvad er frelsesplanen?

Vor himmelske Fader forberedte en plan for at gøre det muligt for os at blive som han. Denne plan omfatter skabelsen, faldet, Jesu Kristi forsoning samt alle evangeliets love, ordinancer og lærdomme. Denne plan gør det muligt for os at blive fuldkommengjort gennem forsoningen, modtage en fylde af glæde og leve for evigt i Guds nærhed.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad kan hjælpe de unge mænd med at forstå frelsesplanen?*

1 kor 15:20-22 (Alle mennesker vil dø)

L&P 76:30-113 (Beskrivelse af herlighedsrignerne)

Hebr 12:9 (Gud er vores ånds Fader)

Thomas S. Monson, »Livets løb«, *Liahona*, maj 2012, s. 90-93

Åb 20:12-13; 2 Ne 9:10-11; Alma 5:15-21 (Alle mennesker vil opstå og stå foran Gud for at blive dømt)

»Frelsesplanen«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 54-56

2 Ne 2:22-25 (Adams fald forårsagede, at menneskene blev dødelige)

Video: »Hjertet skal synke i livet på menneskene«

Alma 34:32-33 (Dette liv er tiden for omvendelse)

Video: »Frelsesplanen«; se også *Lære og Pagter* dvd-præsentationer

Alma 40:11-14 (Menneskets tilstand efter døden)

Hvordan har kundskaben om vor himmelske Faders plan påvirket dine valg og dit syn på tilværelsen? Hvilke dele af frelsesplanen vil du gerne lære mere om?

Hvordan kan en forståelse af frelsesplanen hjælpe kvorumsmedlemmerne til at udføre deres præstedømmeplichter i endnu højere grad?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet *Pligt mod Gud*) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmede.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at nedskrive et ord eller begreb, som de husker fra sidste uges lektion, og fortælle resten af kvorummet om deres ord eller begreb.
- Medbring tre billeder eller genstande, der repræsenterer skabelsen, faldet og forsoningen (for eksempel ler til skabelsen, et æble til faldet og et nadverbæger til forsoningen). Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de ved om disse begivenheder, og hvorfor de er vigtige.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære om frelsesplanen. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære at undervise om frelsesplanen (se »Pligt mod Gud«, s. 18, 42 eller 66).
- Bed et par dage i forvejen nogle af kvorumsmedlemmerne om at forberede sig til at undervise kvorummet i en del af frelsesplanen (såsom det førjordiske liv, jordelivet, ånde verden og så videre) ud fra *Forkynd mit evangelium* eller *Tro mod sandheden*. Tegn en oversigt over frelsesplanen på tavlen (se for eksempel *Forkynd mit evangelium*, s. 54), og bed de unge mænd om at undervise i deres tildelte emne. Spørg de unge mænd, hvilken forskel det gør i deres tilværelse, at de kender frelsesplanen.
- Giv hver af de unge mænd et eller flere af skriftstederne i dette oplæg. Bed dem om at læse deres skriftsted for at finde ud af, hvilken del af frelsesplanen, skriftstederne henviser til. Bed dem om at fortælle, hvad de har lært af deres skriftsteder. Hvordan kan kundskab om frelsesplanen påvirke den måde, vi ser på os selv? Andre? Og verden omkring os?
- Læs sammen i kvorummet Alma 12:30 og Alma 42:13-15. Bed de unge mænd om at være opmærksomme på vendinger, der bliver brugt til at beskrive frelsesplanen. Hvad lærer disse vendinger os om planen? Vis videoen »Hjertet skal synke i livet på menneskene«, og bed de unge mænd om at være opmærksomme på, hvordan en viden om frelsesplanen velsignede ældste Russel M. Nelson. Bed de unge mænd om at fortælle, hvordan denne viden har været til velsignelse for dem.
- Sørg for, at alle i kvorummet har hæftet *Tro mod sandheden*, og giv hver

## Undervisningstip

»Din egen åndelige forberedelse bidrager i høj grad til undervisningsmiljøet i hjemmet og i klassen. Når du er åndeligt forberedt, bringer du en ånd af fred, kærlighed og ærbødighed. De unge mænd, som du underviser, føler sig mere trygge ved at overveje og tale om ting, der har evig værdi« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 79).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stillede spørgsmål, der førte til dybsindige tanker hos dem, han underviste. Han var oprigtigt interesseret i deres svar. Hvordan kan du benytte dig af spørgsmål for at hjælpe de unge mænd til at tænke dybsindige tanker om evangeliske sandheder?

unge mand et tal mellem et og tre. Bed dem, der har fået nummer 1, om at lære alt, hvad de kan om det førjordske liv fra *Tro mod sandheden*, s. 54-55. Bed dem, der har fået nummer 2, om at lære om det jordiske liv (s. 55), og bed dem, der har fået nummer 3, om at lære om livet efter døden (s. 55-56). Lad dem arbejde i grupper med dem, der har samme nummer, og bed dem om at forberede et kort referat af det, de har lært, og præsentere det for resten af kvorummet. Bed de unge mænd om at forestille sig, hvordan deres tilværelse ville have været,

hvis de ikke havde denne viden om frelsesplanen.

- Bed de unge mænd om at benytte præsident Thomas S. Monsons tale »Livets løb« og de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg, til at besvare et af disse spørgsmål: Hvor kommer vi fra? Hvorfor er vi her? Hvor går vi hen efter dette liv? Bed dem om at fortælle om deres svar på samme måde, som hvis de talte med en ven, der har en anden tro. Hvorfor er det vigtigt at kende svarene på disse spørgsmål?

*Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært i dag. Har de fået en større forståelse af frelsesplanen? Hvilke følelser eller indtryk har de? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kворumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Lede en drøftelse af, hvordan en forståelse af frelsesplanen inspirerer os til at være bedre præstedømmebærere.
- Bede nogle kворumsmedlemmer om at fortælle om deres taknemlighed for frelsesplanen.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra »Frelsesplanen«, Tro mod sandheden, 2005, s. 54-56*

## **Førjordisk liv**

Før du blev født på jorden, levede du i din himmelske Faders nærhed som et af hans åndelige børn. I denne forudtilværelse deltog du i et råd sammen med resten af vor himmelske Faders åndelige børn. I dette råd præsenterede vor himmelske Fader sin store plan for lykke (se Abraham 3:22-26).

I harmoni med planen for lykke indgik Jesus Kristus, der er Faderens førstefødte Søn i ånden i forudtilværelsen, pagt om at blive Frelseren (se Moses 4:2; Abr 3:27). De, som fulgte vor himmelske Fader og Jesus Kristus, fik lov til at komme til jorden for at opleve livet på jorden og udvikle sig hen mod evigt liv. Lucifer, en anden af Guds sønner, gjorde oprør mod vor himmelske Faders plan og »stræbte efter at tilintetgøre menneskets handlefrihed« (Moses 4:3). Han blev Satan, og han og hans følgesvende blev kastet ud af himlen og nægtet det privilegium at modtage et fysisk legeme og opleve livet på jorden (se Moses 4:4; Abr 3:27-28).

Du har gennem dit liv i forudtilværelsen udviklet din identitet og øget dine åndelige evner. Du kan velsignet med handlefrihedens gave træffe vigtige beslutninger, såsom beslutningen om at følge vor

himmelske Faders plan. Disse beslutninger påvirkede dit liv dengang og nu. Du voksede i intelligens og lærte at elske sandheden, og du forberedte dig til at komme til jorden, hvor du kunne fortsætte din udvikling.

## **Jordisk liv**

Du oplever nu livet på jorden. Din ånd er forenet med dit legeme og giver dig muligheder for at vokse og udvikle dig på måder, som ikke var mulig i dit liv i forudtilværelsen. Denne del af din eksistens er en tid, hvor du skal lære, og hvor du kan bevise dit værd, hvor du kan vælge at komme til Kristus, og hvor du forberede dig til at blive værdig til evigt liv. Det er også en tid, hvor du hjælpe andre med at finde sandheden og opnå et vidnesbyrd om frelsesplanen.

## **Livet efter døden**

Når du dør, vil din ånd indtræde i ånde verden og vente på opstandelsen. Din ånd og dit legeme vil på tidspunktet for opstandelsen blive forenet igen, og du vil blive dømt og modtaget i et herlighedsrige. Den herlighed, som du vil arve, vil afhænge af dybden af din omvendelse og lydighed mod Herrens befalinger. Det vil afhænge af den måde, hvorpå du »modtog Jesu vidnesbyrd« (L&P 76:51; se også v. 74, 79, 101).



## Hvad skete der i det førjordiske liv?

Inden vi blev født, boede vi hos vor himmelske Fader som hans åndelige børn. Faderen præsenterede sin frelsesplan for os ved det store råd i himlen, og Jesus Kristus blev valgt til at være vores Frelser. Satan forsøgte at ændre planen og fratage os vores handlefrihed, og han og hans tilhængere blev kastet ud. Vi accepterede vor Faders plan og valgte at følge Jesus Kristus.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsont disse skriftsteder og hjælpemidler. Hvad føler du dig tilskyndet til at fortælle kvorummet?*

Jer 1:5; Alma 13:3 (Præstedømmebærere blev kaldet og udvalgt før verdens begyndelse)

Abr 3:22-26 (Vores valg i den førjordiske tilværelse gjorde det muligt for os at komme til jorden)

Åb 12:9-11; Moses 4:1-4 (Satan stræber efter at tilintetgøre menneskets handlefrihed og bliver styrtet ned)

»Frelsesplanen«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 54-56

Video: »Frelsesplanen«; se også *Lære og Pagter* dvd-præsentationer

Tænk på de valg, du har truffet i dit liv. Hvilken indflydelse har din viden om det førjordiske liv haft på disse valg? Hvordan vil dine valg påvirke din evige skæbne?

Hvilke valg træffer de unge mænd nu, som vil være til velsignelse for dem i evighederne? Hvilke valg kan påvirke deres evige skæbne i negativ retning?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet *Pligt mod Gud*) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at gengive et skriftsted, de husker fra sidste uges kvorumsmøde. Bed dem om at tale om det, de lærte af det.
- Bed de unge mænd om at tænke over og fortælle om de retfærdige valg, de har truffet tidligere, og hvordan disse valg er til velsignelse for dem i deres tilværelse. Bed dem derefter om at nævne et valg, som de traf, før de blev født. Hvordan har dette valg påvirket deres tilværelse?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære om det førjordiske liv. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om hver især at læse en af følgende: Jer 1:5; Alma 13:3; Abr 3:22-23. Bed de unge mænd om at finde de sandheder om det førjordiske liv, som disse skriftsteder lærer om. Hvordan påvirker disse sandheder om det førjordiske liv den måde, hvorpå vi anskuer vores liv på jorden?
- Bed de unge mænd om at lave en liste over nogle af de udfordringer, folk har her i livet på jorden. Bed dem om at læse om det førjordiske liv i *Tro mod sandheden* (s.54-55) og lede efter sandheder, som kan hjælpe folk til at håndtere disse udfordringer. Bed dem om at fortælle, hvad de har fundet frem til. Bed de unge mænd om at tænke på nogen, der kunne have brug for at kende disse sandheder, og foreslå dem at tænke over, hvordan de kan formidle deres vidnesbyrd om frelsesplanen.
- Bed de unge mænd om at læse Moses 4:1-2 og finde ud af, hvad de lærer om Frelseren og Satan i det store råd i himlen. Hvad lærer vi i vers 3 og 4 om resultatet af Satans handlinger? Hvordan raser denne konflikt stadig på jorden i dag? Hvad er Frelserens rolle i denne konflikt? Hvad er vores rolle? Bed de unge mænd om at udtrykke deres følelser om Frelseren og hans villighed til at følge sin Faders plan.

Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært i dag. Har de en større forståelse af det førjordiske liv? Hvilke følelser eller indtryk har de? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?

## Undervisningstip

»Vær forsigtig med ikke at stille spørgsmål, der befordrer til diskussion eller henleder opmærksomheden på sensationelle emner. Stil ikke spørgsmål, der kan skabe tvivl, eller som kan føre til samtaler, der ikke er opbyggende. Sørg for, at dine spørgsmål fører eleverne til indbyrdes enighed i troen og til kærlighed blandt dine elever« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 69).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren fortalte enkle historier, lignelser og eksempler fra det virkelige liv, der gav mening for hans disciple. Denne lektion er en god mulighed for at fortælle om valg, som du har truffet, der har ændret dit liv. Hvilke oplevelser kunne de unge mænd fortælle om?

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bede kvorumsmedlemmerne om at fortælle om tanker eller følelser, de har haft under lektionen. Hvad blev de inspireret til at gøre, som vil være til velsignelse for deres familie eller kvorum?
- Bære sit vidnesbyrd om det, der blev undervist i.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra »Frelsesplanen«, Tro mod sandheden, 2005, s. 54-56*

## **Førjordisk liv**

Før du blev født på jorden, levede du i din himmelske Faders nærhed som et af hans åndelige børn. I denne forudtilværelse deltog du i et råd sammen med resten af vor himmelske Faders åndelige børn. I dette råd præsenterede vor himmelske Fader sin store plan for lykke (se Abraham 3:22-26).

I harmoni med planen for lykke indgik Jesus Kristus, der er Faderens førstefødte Søn i ånden i forudtilværelsen, pagt om at blive Frelseren (se Moses 4:2; Abr 3:27). De, som fulgte vor himmelske Fader og Jesus Kristus, fik lov til at komme til jorden for at opleve livet på jorden og udvikle sig hen mod evigt

liv. Lucifer, en anden af Guds sønner, gjorde oprør mod vor himmelske Faders plan og »stræbte efter at tilintetgøre menneskets handlefrihed« (Moses 4:3). Han blev Satan, og han og hans følgesvende blev kastet ud af himlen og nægtet det privilegium at modtage et fysisk legeme og opleve livet på jorden (se Moses 4:4; Abr 3:27-28).

Du har gennem dit liv i forudtilværelsen udviklet din identitet og øget dine åndelige evner. Du kan velsignet med handlefrihedens gave træffe vigtige beslutninger, såsom beslutningen om at følge vor himmelske Faders plan. Disse beslutninger påvirkede dit liv dengang og nu. Du voksede i intelligens og lærte at elske sandheden, og du forberedte dig til at komme til jorden, hvor du kunne fortsætte din udvikling.



## Hvad er livets formål?

I dette liv får vi et fysisk legeme og bliver prøvet for at se, om vi vil følge Guds befalinger. Det er meningen, at vore oplevelser her på jorden skal hjælpe os til at blive mere som vor himmelske Fader.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du dig tilskyndet til at fortælle kvorummet om?*

Hvordan har du fundet glæde i dette liv? Hvilke oplevelser har hjulpet dig til at udvikle dig åndeligt?

Hvad gør de unge mænd for at blive mere som vor himmelske Fader?

2 Ne 2:25 (Vi er skabt for at nyde glæde)

Alma 12:24; 34:32; 42:4 (Dette liv er tiden for at blive prøvet og berede sig til at møde Gud)

3 Ne 12:3-12 (Frelseren nævner adskillige guddommelige egenskaber)

3 Ne 12:48 (Vor himmelske Fader ønsker, at vi bliver fuldkomne, ligesom han er fuldkommen)

»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129

Thomas S. Monson, »Ført sikkert hjem«, *Liahona*, nov. 2014, s. 67-69

Dieter F. Uchtdorf, »Fortrydelse og beslutninger«, *Liahona*, nov. 2012, s. 21-24

Gary E. Stevenson, »Jeres fire minutter«, *Liahona*, maj 2014, s. 84-86

»Frelsesplanen«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 54-56

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmede.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv, for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de lærte i sidste uges lektion. Hvordan har lektionen påvirket deres tilværelse? Hvad har de gjort anderledes på grund af det, de lærte? Hvilke velsignelser har dette resulteret i?
- Vis en snor, der har en knude på midten. Forklar, hvordan knuden kan symbolisere dette liv. Snoren på den ene side af knuden symboliserer det førjordiske liv, og snoren på den anden side symboliserer livet efter døden. Snoren kan bruges som et visuelt hjælpemiddel, der kan henvises til i løbet af kvorumsmødet.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære om formålet med livet. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at søge i skriftstederne fra dette oplæg og fortælle, hvad de lærer om formålet med livet her på jorden (de kan også læse i *Tro mod sandheden*, s. 55). Hvordan kan en viden om dette formål påvirke de valg, de træffer?
- Få de unge mænd til at læse saligprisningerne i 3 Nefi 12:3-12 og finde egenskaber, som vor himmelske Fader ønsker, at vi skal udvikle i livet her på jorden. Bed dem om at tænke på mennesker i skrifterne eller i deres egen tilværelse, der tjener som eksempel på disse principper. Hvordan hjælper Frelserens belæring i 3 Nefi 12 os til at forstå vores formål som Guds sønner?
- Giv hvert medlem af kvorummet en kopi af enten »Familien: En proklamation til verden« eller præsident Thomas S. Monsons tale »Ført sikkert hjem«. Bed kvorummets medlemmer, mens de læser, om at markere ord og vendinger, der lærer dem om deres formål i livet som Guds sønner. Få de unge mænd til at fortælle, hvad de markerer, og forklare, hvorfor det har betydning for dem.
- Giv et eksempel på noget, præsident Dieter F. Uchtdorf har fortrudt, der er nævnt i hans tale »Fortrydelse og beslutninger« til hver ung mand, og bed dem om at være opmærksom på, hvad de lærer om formålet med livet. Bed dem om at finde nogen i kvorummet, der læste om en anden fortrydelse. Få dem til at fortælle hinanden, hvad de lærte, og spørg et par af de unge mænd, om de vil fortælle resten af kvorummet om det. Bed dem om at overveje, hvad de må gøre for at undgå at have disse ting i deres egen tilværelse.

## Undervisningstip

»Brug øjenkontakt som en måde til at inddrage eleverne i lektionerne. Når du underviser og holder øjenkontakt, er din opmærksomhed rettet mod dem, som du underviser, og ikke mod materialet til lektionen. Når du holder øjenkontakt, mens du lytter til deres kommentarer og spørgsmål, hjælper det dem med at vide, at du er interesseret i det, som de har at sige« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 71).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren bad sine disciple om at vidne. Han spurgte fx sine disciple: »Hvem siger I, at jeg er?« (Matt 16:15). Når du stiller inspirerede spørgsmål til de unge mænd, kan deres svar være en mulighed for at bære vidnesbyrd.

- Få halvdelen af klassen til at læse om Noelle Pikus-Pace i biskop Gary E. Stevensons tale »Jeres fire minutter«, og bed den anden halvdel om at læse om Torah Bright fra samme tale. Bed dem om at fortælle hinanden, hvad de lærer af disse skriftsteder. Giv de unge mænd nogle minutter til

at gennemgå resten af biskop Stevensons tale og overveje, hvordan det går dem med deres »fire minutter« – hvilke afgørende ordinancer eller milesten ligger forude og hvad gør de for at forberede sig? Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de har skrevet.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en større forståelse for formålet med livet? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kворumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om det, der blev undervist i.
- Opfordre kvorumsmedlemmerne til at handle ifølge tilskyndelser, de måtte have modtaget i løbet af kvorums mødet.

## FAMILIEN

---

### EN PROKLAMATION TIL VERDEN

---

#### DET FØRSTE PRÆSIDENTSKAB OG DE TOLV APOSTLES RÅD I JESU KRISTI KIRKE AF SIDSTE DAGES HELLIGE

**V**I, DET FØRSTE PRÆSIDENTSKAB og De Tolv Apostles Råd i Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige, erklærer højtideligt, at ægteskab mellem mand og kvinde er indstiftet af Gud, og at familien er af afgørende betydning i Skaberens plan for sine børns evige skæbne.

ALLE MENNESKER – mænd og kvinder – er skabt i Guds billede. Hver enkelt er en højt elsket søn eller datter af himmelske forældre, og som sådan besidder hver enkelt guddommelige egenskaber og muligheder. En persons køn er et fundamentalt særkende ved den enkeltes førjordiske, jordiske og evige identitet og hensigt.

I DEN FØRJORDISKE VERDEN kendte og tilbad Guds åndelige sønner og døtre Gud som deres evige Fader og accepterede hans plan for, hvordan hans børn kunne få et fysisk legeme og opnå jordiske erfaringer for at udvikle sig frem mod fuldkommenhed og til sidst realisere deres guddommelige skæbne som arvinger til evigt liv. Den guddommelige plan for lykke gør det muligt for familiebånd at fortsætte på den anden side af graven. Hellige ordinancer og pagter, der er tilgængelige i hellige templer, gør det muligt for enkeltpersoner at vende tilbage til Guds nærhed og for familier at være forenet for evigt.

DEN FØRSTE BEFALING, som Gud gav til Adam og Eva, vedrørte deres mulighed for som ægtemand og hustru at blive forældre. Vi erklærer, at Guds befaling til sine børn om at mangfoldiggøre sig og opfylde jorden stadig er gældende. Vi erklærer endvidere, at Gud har befalet, at formeringens hellige kraft kun skal anvendes mellem en mand og en kvinde, der er lovformeligt viet som ægtemand og hustru.

VI ERKLÆRER, at den måde, hvorved det jordiske liv skabes, er guddommeligt bestemt. Vi bekræfter livets hellighed og dets vigtighed i Guds evige plan.

ÆGTEMAND OG Hustru har et stort ansvar for at elske og vise omsorg for hinanden og for deres børn. »Sønner

[Børn] er en gave fra Herren« (Sl 127:3). Forældre har en hellig pligt til at opdrage deres børn i kærlighed og retskaffenhed, til at sørge for deres fysiske og åndelige behov, til at lære dem at elske og tjene hinanden, til at overholde Guds befalinger samt til at være lovlydige samfundsborgere, uanset hvor de bor. Ægtemænd og hustruer – mødre og fædre – vil over for Gud blive holdt ansvarlige for udførelsen af disse pligter.

FAMILIEN er indstiftet af Gud. Ægteskabet mellem mand og kvinde er grundlæggende i hans evige plan. Børn har ret til at blive født inden for ægteskabets rammer og blive opdraget af en far og en mor, som ærer deres ægteskabslofter med fuldstændig troskab. Lykke i familielivet vil med størst sandsynlighed opnås, når det baseres på Herren Jesu Kristi lærdomme. Vellykkede ægteskaber og familier opbygges og bevares ved tro, bøn, omvendelse, tilgivelse, respekt, kærlighed, barmhjertighed, arbejde og sunde fritidsbeskæftigelser. I henhold til den guddommelige plan skal fædre lede deres familier i kærlighed og retskaffenhed og har ansvaret for at sørge for livets fornødenheder samt beskytte deres familier. Mødre har primært ansvaret for at opdrage deres børn. I disse hellige ansvar er fædre og mødre forpligtet til at hjælpe hinanden som jævnbyrdige partnere. Uarbejdsdygtighed, dødsfald eller andre omstændigheder kan nødvendiggøre individuelle tilpasninger. Den øvrige familie bør hjælpe til, når der er behov herfor.

VI ADVARER OM, at personer, som bryder deres løfte om troskab, som misbruger deres ægtefælle eller deres børn, eller som ikke opfylder ansvaret i familien, en dag skal stå til ansvar over for Gud. Vi advarer endvidere om, at familiens opløsning vil påføre enkeltpersoner, lokalsamfund og nationer de ulykker, som er forudsagt af fordums og nutidige profeter.

VI OPFORDRER ansvarlige borgere og offentlige ansatte overalt til at fremme de skridt, der har til hensigt at bevare og styrke familien som samfundets grundlæggende bestanddel.



## Hvorfor har de valg, jeg træffer, betydning?

Vor himmelske Fader har givet os handlefrihed, evnen til selv at vælge og handle. Selv om vi frit kan træffe vore egne valg, så kan vi ikke vælge konsekvenserne af disse valg. Gode valg fører til varig lykke og evigt liv. Hvis vi spørger vor himmelske Fader, vil han hjælpe os med at træffe kloge valg.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpeskilder. Hvad føler du vil hjælpe de unge mænd til at forstå vigtigheden af at træffe kloge valg?*

Jos 24:15 (Vi kan vælge at tjene Herren)

Joh 14:15 (Vore gode valg viser vores kærlighed til vor himmelske Fader og vores ønske om at gøre hans vilje)

2 Ne 2:16, 27; Hel 14:30-31 (Vi er frie til selv at vælge og handle)

Moro 7:14-15 (Det er os givet at kunne skelne mellem godt og ondt)

Thomas S. Monson, »Valg«, *Liahona*, maj 2016, s. 86

Dallin H. Oaks, »Lignelsen om sædemanden«, *Liahona*, maj 2015, s. 32-35

Russell M. Nelson, »Beslutninger om evigheden«, *Liahona*, nov. 2013, s. 106-109

D. Todd Christofferson, »For evigt frie til selv at handle«, *Liahona*, nov. 2014, s. 16-19

»Handlefrihed«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 63-64

»Handlefrihed og ansvarlighed« og »Musik og dans«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 2-3, 22-23

Videoter: »Bliv bag linjen«; »Jeg fortryder intet«

Tænk over de vigtige beslutninger, du har truffet i din tilværelse. Hvordan har disse beslutninger påvirket dig og andre? Hvad har du lært af dem?

Når du beder for hver af de unge mænd, så overvej de beslutninger, han træffer. Hvordan vil disse beslutninger påvirke ham nu og fremover?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kворummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kворumsmøde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Vis en genstand, der repræsenterer noget, de unge mænd lærte i sidste uge, og bed dem om at fortælle, hvilken forbindelse der er mellem genstanden og det, de lærte.
- I den ene ende af en gren skriver du »Valg«, og i den anden ende »Konsekvens«. Brug den til at illustrere, at alle de valg, vi træffer, har en tilhørende konsekvens (nogle gange er den positiv, andre gange negativ). Bed en ung mand om at holde grenen, mens du beskriver et valg, som han kunne stå overfor. Den unge mand kan beskrive konsekvenserne af dette valg. Drøft, hvordan vore valg påvirker vores tilværelse, familie og præstedømmetjeneste.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kворumsmedlemmerne til at forstå lærdommen om handlefrihed. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære at undervise om handlefrihed (se »Pligt mod Gud«, s. 18, 42 eller 66).
- Bed de unge mænd om for sig selv at læse »Handlefrihed og ansvarlighed« i *Til styrke for de unge* og gengive det, der gjorde indtryk på dem. Kvorumsmedlemmerne kan derefter vælge en anden standard fra bogen og fortælle om valg, de har truffet, der vedrører denne standard, og de velsignelser, som de har modtaget på grund af deres valg. De kunne fx læse »Musik og dans« i *Til styrke for de unge* og tale om de velsignelser, de modtog ved at følge rådet om at undgå usund musik og dans.
- Giv hver unge mand uddrag fra ældste Dallin H. Oaks' tale »Lignelsen om sædemanden« eller præsident Thomas S. Monsons tale »Valg«. Bed de unge mænd om at læse for sig selv og derpå fortælle, hvad der gjorde indtryk på dem. Det kan de gøre i mindre grupper eller med hele kvorrummet. Hvad lærer de om konsekvenserne af vores tro og handlinger? Bed dem om at drøfte, hvordan det råd, de har studeret, kan hjælpe dem til at træffe bedre valg.
- Brug tape eller snor til at lave et »V« på gulvet i klasseværelset. Bed en ung mand om at begynde der, hvor tapen eller snoren mødes, og gå langs med »V'et« med en fod på hver side. Til sidst bliver han nødt til at vælge at gå på den ene side af tapen. Bed de

## Undervisningstip

»Du skal ikke blive bekymret, hvis eleverne er tavse i nogle sekunder efter, at du har stillet et spørgsmål. Du må ikke besvare dit eget spørgsmål. Giv eleverne tid til at tænke over svarene. Lange pauser med tavshed kan dog være tegn på, at de ikke forstår spørgsmålet, og at du skal stille det på en anden måde« (*Undervisning, den største kaldelse*, 1999, s. 69).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren fortalte enkle historier, lignelser og eksempler fra det virkelige liv, der gav mening for hans disciple. Denne lektion er en god mulighed for at fortælle om valg, du har truffet, der har ændret dit liv. Hvilke oplevelser kan de unge mænd fortælle om?

unge mænd om at fortælle, hvad de lærte om valg af denne oplevelse. Bed de unge mænd om at læse det første afsnit af ældste Russell M. Nelsons tale »Beslutninger om evigheden« og finde vendinger, som de gerne vil huske. Bed de unge mænd om at fortælle, hvordan de har set »afgørelser afgøre skæbner«, eller resultater af andre vendinger fra ældste Nelsons tale.

- Bed de unge mænd om hver især at finde nogen i skrifterne, der træffer et valg (de kan fx sammenligne de valg, som Nefi og Laman og Lemuel traf i 1 Nefi 3:1-8 og andre steder i 1 Nefi).

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en større forståelse af lærdommen om handlefrihed? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

Hvad var konsekvenserne af disse valg? Hvordan blev andre påvirket af de valg?

- Vis en af de videoer, der er forslået i dette oplæg. Bed kvorumsmedlemmerne om at lægge mærke til konsekvenserne af de valg, som de unge mænd i videoen traf. Bed dem fortælle, hvad de har fundet frem til. Bed dem om at fortælle om oplevelser, hvor de har truffet et valg, der havde vidtrækkende konsekvenser. Bed de unge mænd om hver især at læse et af skriftstederne fra dette oplæg og fortælle, hvordan det kan hjælpe dem til at træffe de rigtige valg fremover.

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om gode valg, som han har truffet og beskrive, hvordan disse valg har påvirket hans og andres tilværelse, herunder hans familie. Han kan bede kvorumsmedlemmerne om at fortælle om lignende ting.
- Bede kvorumsmedlemmerne om på egen hånd at vurdere de valg, de træffer, som påvirker deres evne til at virke som trofaste præstedømmebærere. Han kan opmuntre dem til at planlægge, hvordan de fortsat kan forbedre sig.

# Udvalgte materialer

---

»Handlefrihed og ansvarlighed«, Til styrke for de unge, 2011, s. 2-3

Vor himmelske Fader har givet dig handlefrihed, evnen til at vælge rigtigt eller forkert og evnen til selv at handle. Næst efter overdragelsen af selve livet er retten til at styre dit liv en af Guds største gaver til dig. Mens du er her på jorden, bliver du prøvet for at se, om du vil bruge din handlefrihed til at vise din kærlighed til Gud ved at holde hans befalinger. Helligånden kan vejlede dig i at bruge din handlefrihed retskaffent.

Du er ansvarlig for de valg, du træffer. Gud er opmærksom på dig og vil hjælpe dig med at træffe gode valg, selv hvis din familie og dine venner bruger deres handlefrihed på måder, der ikke er rigtige. Hav moralsk mod til at stå fast ved at adlyde Guds vilje, selv om du skal stå alene. Når du gør dette, sætter du et eksempel, som andre kan følge.

Selv om du er fri til at vælge dine egne handlinger, så er du ikke fri til at vælge konsekvenserne. Hvad enten det fører til noget godt eller dårligt, så følger der naturligt konsekvenser som et resultat af de valg, du træffer. Syndig adfærd kan give midlertidig, verdslig glæde, men sådanne valg forsinker

din udvikling og fører til hjertesorg og elendighed. Retskafne valg fører til evig lykke og evigt liv. Husk, at sand frihed kommer ved at bruge din handlefrihed til at vælge lydighed. Tab af frihed kommer ved at vælge ulydighed.

Du har også ansvaret for at udvikle de talenter og evner, som vor himmelske Fader har givet dig. Du skal stå til ansvar over for ham for det, som du gør med dine talenter, og hvordan du bruger din tid. Vælg at gøre meget godt af egen fri vilje.

*Uddrag fra Russell. M. Nelson, »Beslutninger om evigheden«, Liahona, nov. 2013*

Mine kære brødre og søstre, hver dag er der beslutninger, der skal træffes. Præsident Thomas S. Monson har lært os, at »beslutninger afgør vores skæbne«. En vis anvendelse af jeres handlefrihed er altafgørende for jeres åndelige vækst både nu og for evigt. I er aldrig for unge til at lære eller for gamle til at ændre jer. Jeres længsel efter at lære og at ændre jer stammer fra en guddommelig indgydt stræben efter evig udvikling. Hver dag rummer muligheder for beslutninger om evigheden.



## Hvorfor har vi modgang?

Som en del af vor himmelske Faders plan oplever vi modgang i livet her på jorden. I visse tilfælde er modgang et resultat af vore egne eller andres dårlige valg. Andre prøvelser er blot en naturlig del af vores liv på jorden. Selv om vore udfordringer er vanskelige, kan de hjælpe os til at udvikle os åndeligt og blive mere som Jesus Kristus.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsmøt disse skriftsteder og hjælpemidler. Hvilke tilskyndelser får du, mens du studerer?*

2 Ne 2:11 (Der skal være modsætning i alle ting)

Koichi Aoyagi, »Fortsæt på din vej«, *Liahona*, nov. 2015, s. 126-128

Mosi 23:21 (Gud giver os modgang for at prøve vores tro)

Thomas S. Monson, »Jeg lader dig ikke i stikken og svigter dig ikke«, *Liahona*, nov. 2013

Eter 12:27 (Gud giver os svaghed, så vi kan være ydmyge)

Neil L. Andersen, »Åndelige hvirvelvinde«, *Liahona*, maj 2014

L&P 101:1-9 (En del modgang er resultatet af vore egne dårlige valg)

»Modgang«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 101-104

L&P 121:7-8; 122:4-9 (Prøvelser giver os erfaring og er til vores eget bedste)

Videor: »Gud vil opløfte os«, »Præstedømmet kan styrke vores familie i prøvelser«, »Genopbyg liv«

Dallin H. Oaks, »Modsætning i alt«, *Liahona*, maj 2016, s. 114-117

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at tænke på og nedskrive noget, de lærte i sidste uge, og gengive det til kvorummet. Brug dette som en introduktion til denne uges lektion.
- Gennemgå som kvorum ældste Neal L. Andersens beskrivelse af det træ, der vokser, hvor der er megen blæst (fra hans tale »Åndelige hvirvelvinde«). Hvad lærer denne historie de unge mænd om modgang? Bed dem kigge i taler efter råd, som de føler vil hjælpe til at modstå åndelige hvirvelvinde.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære om formålet med modgang. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at læse historien i ældste Koichi Aoyagis tale »Fortsæt på din vej« fra afsnittet, hvor han beskriver biluheldet. Hvad lærer denne historie de unge mænd om, hvorfor vi møder prøvelser i dette liv. Overvej på forhånd at bede en af de unge mænd om at fortælle om en oplevelse, hvor han eller en anden i hans familie voksede eller blev styrket på grund af en prøvelse. Han kunne også fortælle en historie fra sin slægts historie, som belærer om dette princip.
- Bed de unge mænd om hver især at nedskrive en prøvelse, som han eller et familiemedlem står overfor. Bed de unge mænd om at søge i skriftstederne fra dette oplæg eller andre, som de kender, for at finde noget, der lærer os, hvorfor vi har modgang. Bed dem om at fortælle, hvad de har fundet ud af. Hvordan kan dette skriftsted hjælpe dem til at overvinde den prøvelse, de nedskrev?
- Læs sammen de første to afsnit af »Modgang« i *Tro mod sandheden*. Hvilken rolle spiller modgang i vor himmelske Faders plan? Tildel hvert kvorumsmedlem en af de resterende tre afsnit om modgang fra *Tro mod sandheden*, og bed dem om at forberede sig til at undervise resten af kvorummet i det, de har lært. Bed dem om at fortælle en historie eller en personlig oplevelse, der vedrører det, de har læst.
- Tegn en linje på midten af tavlen og skriv »Hvorfor har vi modgang?« øverst i den ene kolonne og »Hvordan kan vi møde udfordringer i vores liv?« øverst i den anden. Opdel præsident Thomas S. Monsons tale »Jeg lader dig ikke i stikke og svigter dig ikke« eller ældste Dallin H. Oaks'

## Undervisningstip

»Sæt stolene i lokalet, så du kan se hver persons ansigt, og så hver især kan se dit ansigt« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 71).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren anvendte skrifterne til at undervise og vidne om sin mission. Denne lektion indeholder mange storslåede skriftsteder, der belærer om, hvordan Frelseren vil styrke os i vore prøvelser. Når de unge mænd studerer og drøfter disse skriftsteder, vil Helligånden vidne om, at de er sande.

tale »Modsætning i alt« i afsnit og giv hver unge mand et afsnit at læse. Bed de unge mænd om at lede efter svar på disse spørgsmål og skrive deres svar på tavlen i den rette kolonne. Hvilken indsigt får de unge mænd fra talerne?

- Inviter med biskoppens tilladelse de unge mænds fædre og bed dem om at fortælle kvorummet, hvordan Jesus Kristus har hjulpet dem med at overvinde prøvelser. Hvad har de lært

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstå de, hvorfor vi har modgang? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

af deres erfaringer med modgang? Bed fædrene om at bruge skriftsteder i samtalen.

- Vis en af de videoer, der er forslået i dette oplæg. Bed de unge mænd om at overveje spørgsmålet: »Hvorfor har vi modgang?«, mens de ser videoen. Hvad kan de lære af denne video, som kan hjælpe dem til at vide, hvad de skal gøre, når der kommer modgang?

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Lede en drøftelse om, hvordan kvorummet kan udføre deres præstedømmepligter i forbindelse med at hjælpe andre i deres prøvelser. De kan nedskrive deres planer som en hjælp til at udføre afsnittet »Tjen andre« i *Pligt mod Gud*.
- Bære sit vidnesbyrd om, hvordan Frelseren har styrket ham i hans prøvelser.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra »Modgang«, Tro mod sandheden, 2005, s. 101*

Som en del af vor himmelske Faders plan for frelse oplever du modgang i livet her på jorden. Prøvelser, skuffelser, nedtrykthed, sygdom og hjertesorg er en vanskelig del af livet, men det kan lede til åndelig vækst, forædling og udvikling, når du vender dig til Herren.

Modgang kommer fra forskellige kilder. Du kan af og til møde prøvelser som konsekvens af din egen stolthed og ulydighed. Disse prøvelser kan undgås ved retskaffen levevis. Andre prøvelser er ganske enkelt en naturlig del af livet og kan komme på tidspunkter, hvor du lever retskaffent. Du kan fx opleve prøvelser under sygdom eller usikkerhed ved en kærs død. Modgang kan af og til komme på grund af andres dårlige valg og sårende ord og gerninger.

*Uddrag fra Thomas S. Monson, »Jeg lader dig ikke i stikken og svigter dig ikke«, Liahona, nov. 2013, s. 85, 87*

Brødre og søstre, man kan trygt regne med, at ingen person nogensinde har levet fuldstændig fri for lidelser og sorg, og der har heller aldrig været en periode i menneskehedens historie, som ikke har fået sin fulde andel af uroligheder og elendighed.

Når livets vej tager en ubehagelig drejning, er man fristet til at spørge: »Hvorfor mig?« Nogle gange synes der intet lys at være for enden af tunnelen, intet daggry, der kan bryde nattens mørke. Vi føler os overrumplet af skuffelsen over forliste drømme og desperationen over svundne håb. Vi samles for at udtrykke den bibelske bøn: »Er der ikke balsam

i Gilead?« (Jer 8:22). Vi føler os forladte, sorgbetyngete og alene. Vi er tilbøjelige til at se vores egen, personlige ulykke gennem pessimismens forvrængende prisme. Vi bliver utålmodige efter en løsning på vore problemer og glemmer, at den himmelske dyd, tålmodighed, ofte er nødvendig.

De prøvelser, der kommer til os, frembyder den virkelige test på vores evne til at holde ud. Et fundamentalt spørgsmål står stadigt ubesvaret for enhver af os: Skal jeg give op, eller skal jeg gøre det færdigt? Nogle mennesker giver op, når de ikke er i stand til hæve sig over deres udfordringer. At gøre det færdigt indebærer at holde ud til selve livets ende ...

Vor himmelske Fader, som giver os så meget at glædes over, ved også, at vi lærer og vokser og bliver stærkere, når vi står over for og overlever prøvelser, som vi skal igennem. Vi ved, at der er tidspunkter, hvor vi vil opleve sønderknusende smerte, hvor vi vil sørge, og hvor vi vil blive testet til vore grænser. Men sådanne prøvelser giver os mulighed for at ændre os og blive bedre, genopbygge vores liv, som vor himmelske Fader lærer os, og blive anderledes end vi var – bedre end vi var, mere forstående end vi var, mere empatiske end vi var, med stærkere vidnesbyrd end vi havde før.

Dette bør være vores mål – at blive ved og holde ud, ja, men også blive mere åndeligt forfinet på vores rejse gennem både solskin og sorg. Var det ikke for udfordringer, vi skal overvinde, og problemer, vi skal løse, ville vi forblive, som vi var, med lille eller ingen fremgang mod vores mål om evigt liv.



# Hvordan kan jeg finde trøst, når nogen, jeg holder af, dør?

Døden er en afgørende del af frelsesplanen. For at kunne blive vor himmelske Fader lig, må vi opleve død og senere modtage et fuldkomment og opstandent legeme. Når vi forstår, at døden er en del af vor himmelske Faders plan, og at Jesus Kristus overvandt døden gennem sin forsoning, så får vi håb og fred, når en, vi holder af, dør.

Hvordan har du eller andre, du kender, fundet håb efter et dødsfald blandt ens kære? Hvilke skriftsteder eller principper har hjulpet?

Nogle af de unge mænd har allerede oplevet dødsfald blandt deres kære. De vil alle opleve det på et tidspunkt. Hvad ønsker du, at de skal vide, som kan være en hjælp for dem?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

## Forbered dig åndeligt

*Studer bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvilke tilskyndelser får du, mens du studerer?*

Mosi 16:7-8 (Jesu Kristi opstandelse fjerner dødens brod)

L&P 138 (Præsident Joseph F. Smiths syn om ånde verden)

Mosi 18:8-10; L&P 81:5 (Vi skal trøste dem, der har behov for trøst)

Thomas S. Monson, »Fru Patton – historien fortsætter«, *Liahona*, nov. 2007, s. 21-24; se også videoen »Til vi ses igen«

Alma 11:42-45 (På grund af Frelserens opstandelse vil vi få vores legeme igen)

Russell M. Nelson, »Dødens døre«, *Stjernen*, juli 1992, s. 68-70

Alma 28:12; L&P 42:45-46 (Vi sørger over dem, der dør, men døden er sød for dem, der dør i Herren)

Shayne M. Bowen, »For jeg lever, og I skal leve«, *Liahona*, nov. 2012, s. 15-17

Alma 40:11-14 (Vores ånd fortsætter med at leve efter døden)

Videoer: »Vi er stadig en familie«, »Han vil hjælpe dig«

L&P 137:5-10 (Joseph Smith ser sin bror Alvin, små børn og andre i det celestiale rige)

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Hvad er de unge mænd blevet bedt om at gøre på grund af det, som de har lært? Bed dem om at fortælle, hvordan deres tilværelse og deres families og venners tilværelse er blevet ændret, når de har handlet ifølge det, de har lært.
- Fortæl om en oplevelse, du selv eller en anden har haft om at finde fred efter et dødsfald blandt ens kære. Bed de unge mænd om at fortælle om deres oplevelser.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder kan hjælpe kворumsmedlemmerne til at lære om livet efter døden. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at nedskrive deres spørgsmål, tanker eller bekymringer om døden, og derpå søge efter svarene i de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg eller i ældste Russell M. Nelsons tale »Dødens døre.« Opfordr dem til at være særligt opmærksomme på skriftsteder eller udtalelser, der fremhæver Frelserens rolle i at hjælpe os til at overkomme døden. Lad dem fortælle, hvad de har fundet frem til. Bed dem om at fortælle, hvad de føler omkring det, Frelseren har gjort for os.
- Vis videoen »Han vil hjælpe dig«, og bed de unge mænd om at fortælle, hvad de bed mærke i. Drøft efter videoen, hvordan verden vil være anderledes, hvis alle vidste det, som den unge mand i videoen erfarede.
- Fortæl historien om fru Patton fra præsident Thomas S. Monsons tale »Fru Patton – historien fortsætter«, eller vis videoen »Til vi ses igen«.

Spørg de unge mænd, hvordan de ville besvare det spørgsmål, som Fru Patton stillede den unge Thomas Monson. Læs sammen i kvorummet Mosija 18:8-10 og Lære og Pagter 81:5. Drøft det ansvar, som præstedømmebærere har for at yde trøst, hjælp eller på anden måde med præstedømmet tjene familier, der mister deres kære. Du kan eventuelt invitere et medlem af biskoprådet til at deltage i denne drøftelse.

- Bed den ene halvdel af kvorummet om at læse historien om søster Ramírez i ældste Shayne M. Bowens tale »For jeg lever, og I skal leve«, og bed den anden halvdel om at læse historien om ældste Bowens søn Tyson. Bed dem om at fortælle, hvad de har lært om at trøste andre og om at finde trøst, når nogen, de elsker, dør. Bed de unge mænd om at fortælle om oplevelser, hvor de har mistet en, de havde kær. Hvordan

## Undervisningstip

»Spørgsmål, der er skrevet på tavlen, inden klassen begynder, vil hjælpe eleverne med at tænke på ting, inden lektionen begynder« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 93).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stillede spørgsmål, der førte til dybsindige tanker og følelser. Hvordan kan du opfordre de unge mænd til at reflektere og søge inspiration? Hvordan kan du hjælpe dem med at føle sig tryg ved at fortælle om deres egne følelser?

fandt de trøst i deres kundskab om forsoningen og frelsesplanen? Du kan også fortælle om en af dine egne oplevelser, hvis det er passende.

- Del klassen op i to grupper. Bed en gruppe om at læse Lære og Pagter 137:5-10 og den anden gruppe om at læse Lære og Pagter 138:57-58. Bed

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan finde trøst, når nogen, de holder af, dør? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan lede en drøftelse om, hvad kvorumsmedlemmerne kan gøre for at tjene nogen, der har mistet en af sine kære for nyligt. Er der nogle enker eller andre i menigheden eller lokalsamfundet, der kunne have brug for hjælp?*

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra Thomas S. Monson, »Fru Patton – historien fortsætter«, Liahona, nov. 2007, s. 21-24

Først vil jeg fortælle jer om Arthur. Han havde lyst, krøllet hår og et smil på størrelse med en ladeport. Han var højere end alle drengene i klassen. Jeg formoder, at det er årsagen til, at Arthur i 1940, på grund af den store konflikt, der blev til anden verdenskrig og omfattede det meste af Europa, var i stand til at snyde hverveofficeren og lod sig indrulle i flåden blot 15 år gammel. For Arthur og de fleste drenge var krigen et stort eventyr. Jeg kan huske, hvor godt han så ud i sin marineuniform. Hvor vi dog ønskede, at vi var ældre, eller i det mindste højere, så vi også kunne lade os hverve.

Ungdommen er en helt speciel tid i livet. Som Longfellow skrev:

*Hvor smuk er ikke ungdommen! Hvor skinner den klart,  
du er så fuld af håb, ambitioner og drømme!  
En bog af begyndelser, en historie uden ende,  
Hver kvinde en heltinde, og hver mand en ven.  
(»Morituri Salutamus«, i *The Complete Poetical Works of Henry Wadsworth Longfellow*, 1883, s. 259).*

Arthurs mor var så stolt af den blå stjerne, der prydede hendes stuevindue. Den viste enhver forbipasserende, at hendes søn bar sit lands uniform og var i aktiv tjeneste. Når jeg gik forbi hendes hus, åbnede hun ofte døren og inviterede mig indenfor for at læse det seneste brev fra Arthur. Hendes øjne fyldtes med tårer, og så bad hun mig om at læse højt. Arthur betød alt for sin mor, der var enke.

Jeg kan stadig se fru Pattons grove hænder for mig, når hun omhyggeligt lagde brevet tilbage i kuverten. Det var hårdtarbejdende hænder. Fru Patton gjorde rent i en kontorbygning i byen. Hver eneste dag i hendes liv bortset fra søndag kunne man se hende gå hen ad fortovet med spand og børste i hånden, det grå hår trukket tilbage i en stram knude og med skuldre, der var trætte af arbejde og ludende af alder.

I marts 1944 blev Arthur, nu hvor krigen rasede overført fra USS *Dorsey*, en destroyer, til USS *White Plains*, et hangarskib. Mens skibet var ved Saipan i Stillehavet, blev det angrebet. Arthur var en af dem om bord, der omkom i havet.

Den blå stjerne blev fjernet fra sit hellige sted i vinduet i familien Pattons hjem. Den blev udskiftet med én af guld, hvilket viste, at den, som den blå stjerne repræsenterede, var blevet dræbt i kamp. Et lys gik ud i fru Pattons liv. Hun kæmpede med bundløs sorg og dyb fortvivelse.

Med en bøn i mit hjerte nærmede jeg mig den velkendte gangsti til familien Pattons hjem og spekulerede på, hvilke trøstende ord, der kunne komme fra en drengs læber.

Døren blev åbnet, og fru Patton omfavnede mig, som om jeg var hendes søn. Hjemmet forvandlede sig til et kapel, da en sorgbetyngt mor og en utilstrækkelig dreng knælede i bøn.

Da vi rejste os fra vore knæ, stirrede fru Patton mig ind i øjnene og sagde: »Tommy, jeg tilhører ikke nogen kirke, men det gør du. Fortæl mig – kommer Arthur til at leve igen?« Efter bedste evne vidnede jeg for hende om, at Arthur i høj grad kom til at leve igen.



# Hvorfor skal jeg behandle mit legeme som et tempel?

Vores legeme er skabt i Guds billede. Det er en gave fra vor himmelske Fader, der gør det muligt for os at opleve livet på jorden og fortsætte med at blive mere som han. Denne viden påvirker den måde, vi behandler vores legeme på, og hvilke følelser vi har for vor himmelske Fader og os selv. Når vi behandler vores legeme som et Guds tempel, så vil vi opnå fysiske, følelsesmæssige og åndelige velsignelser.

Hvordan er du blevet velsignet, fordi du har behandlet dit legeme som et Guds tempel? Hvordan er din forståelse af dit legemes hellighed vokset igennem de erfaringer, du har gjort i din egen tilværelse, og det, du har set andre gøre?

Hvilke udfordringer står de unge mænd overfor i deres stræben efter at behandle deres legeme som en hellig gave fra Gud? Hvordan er kraften i præstedømmet forbundet med den måde, hvorpå de behandler deres legeme?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad inspirerer Ånden dig til at fortælle de unge mænd om?*

1 Mos 39:1-21; Dan 1:3-21 (Josef og Daniel udviser respekt for deres legeme)

1 Kor 6:19-20; L&P 93:33-35 (Vi er Guds tempel)

L&P 88:15-16 (Ånden og legemet udgør menneskets sjæl)

L&P 130:22; Moses 6:9 (Vi er skabt i Guds billede)

Gordon B. Hinckley, »Stor bliver børnenes fred«, *Liahona*, jan. 2001, s. 61-68

Videoler: »Mormonmustangen«, »Kyskhed: Hvor går grænsen?«

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorumsmedlem.*

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Mind de unge mænd om, hvad de studerede i sidste uges lektion. Har de noget spørgsmål til eller indsigt om det, som de drøftede?

- Vis et billede af templet, og bed de unge mænd om at skrive, hvilke ord, der kommer til dem, når de tænker på templet. Hvad er det modsatte af

disse ord? Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de er blevet bedt om at gøre for at behandle deres fysiske legeme som et Guds tempel.

---

## Lær sammen

*Alle forslagene herunder vil hjælpe kворumsmedlemmerne til at forstå, at deres legeme er helligt. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:*

- Giv hver af de unge mænd et af de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg. Bed de unge mænd om at læse skriftstedet og forklare med en sætning, hvad de lærer om, hvorfor vores legeme er helligt. Bed dem om at fortælle, hvad de kan gøre for at holde deres legeme og tanker rene.
- Bed de unge mænd om hver især at læse et afsnit af en af de taler, der er foreslået i dette oplæg. Giv derefter de unge mænd et par minutter til hver især at forberede en kort lektion om legemets hellighed. Bed dem om at bruge et citat fra talen samt deres egne, personlige oplevelser og vidnesbyrd.
- Læs sammen i kvorummet 1 Korinther 6:19-20 og Lære og Pagter 93:33-35. Bed de unge mænd om at skrive en liste over, hvordan vores legeme er som et Guds tempel. Bed dem om at drøfte nogle af de udfordringer, som unge står overfor med hensyn til at behandle deres legeme som et tempel. Hvad kan de gøre for at overvinde disse udfordringer?
- Del kvorummet op i par. Bed den ene af de unge mænd om at læse

1 Mosebog 39:1-21 og den anden om at læse Daniel 1:3-21 (find billeder til disse historier i hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 11, 23). Bed dem om at finde ud af, hvordan Josef og Daniel viste respekt for deres legeme, og derefter fortælle hinanden, hvad de har fundet ud af. Hvordan kan de følge Josefs og Daniels eksempel?

- Bed de unge mænd om at kigge i indholdsfortegnelsen i *Til styrke for de unge* og finde ud af, hvilke standarder der vedrører det at holde sine tanker og legeme rent. Del kvorummet op i grupper, og bed dem om at søge i disse afsnit og finde svar på spørgsmålet: »Hvorfor skal jeg behandle mit legeme som et tempel?« Bed dem om at gengive det, de kan gøre for at efterleve disse standarder.
- Vis en af de videoer, der er foreslået i dette oplæg. Bed de unge mænd om at nævne og drøfte de analogier, der bruges i videoen til at forklare betydningen af at holde vores legeme rent. Hvad kan de gøre for at opmuntre hinanden til at efterleve de standarder, som videoen omhandlede?

## Undervisningstip

»Undgå at undervise i alt, hvad der kan siges om et bestemt emne. De unge mænd, som du underviser, vil sandsynligvis allerede have nogen forståelse for emnet. Husk, at din lektion ikke er det eneste tidspunkt, hvor de vil lære noget om emnet« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 99).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren elskede dem, han underviste. Han vidste, hvem de var, og hvem de kunne blive. Han udtænkte unikke måder – kun til dem – hvorpå de kunne udvikle sig. Når de kæmpede, gav han ikke op, men blev ved med at elske dem og tjene dem. Hvad kan du gøre for at elske og tjene de unge mænd, sådan som Frelseren gør?

- Bed de unge mænd om at se i afsnittet »Påklædning og fremtoning« i *Til styrke for de unge* og finde svar på spørgsmål, såsom: »Hvilke standarder har Herren vedrørende

sømmelighed?« »Hvorfor er det vigtigt at følge disse standarder?« og »Hvordan viser vores sømmelige påklædning respekt for vores legemes hellighed?«

*Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært i dag. Har de en bedre forståelse af helligheden af deres legeme? Hvilke følelser eller indtryk har de? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om de velsigelser, der kommer af at behandle vores legeme med respekt.
- Sammen med kvorumsmedlemmerne planlægge at samarbejde om at fuldføre »Fysisk sundhed« i afsnittet *Pligt mod Gud* (s. 31-35).

# Udvalgte materialer

---

»Påklædning og fremtoning«, Til styrke for de unge, 2011, s. 6-8

Dit legeme er helligt. Respektér det og besmit det ikke på nogen måde. Du kan i din påklædning og fremtoning vise, at du ved, hvor dyrebart dit legeme er. Du kan vise, at du er Jesu Kristi discipel, og at du elsker ham.

Guds profeter har vedvarende rådet hans børn til at klæde sig ærbart. Når du er velplejet og går sømmeligt klædt, indbyder du Ånden til at ledsage dig, og du kan udøve en god indflydelse på andre. Din påklædning og soignering påvirker den måde, hvorpå du og andre handler.

Sænk aldrig dine standarder for påklædning. Brug ikke en særlig lejlighed som undskyldning for at være usømmelig. Når du klæder dig usømmeligt, sender du et budskab, der er det modsatte af din identitet som Guds søn eller datter. Du sender også et budskab om, at du bruger din krop til at få opmærksomhed og accept.

Usømmeligt tøj er alt det tøj, der er tætsiddende, gennemsigtigt eller afslørende på nogen anden måde. Unge piger bør undgå korte shorts, korte nederdele, T-shirts og bluser, der ikke dækker

maven, og tøj, der ikke dækker skuldrene, eller som er nedringet foran eller bagpå. Unge mænd bør også være ærbare i deres udseende. Unge mænd og unge piger bør være pæne og rene og undgå at være ekstreme eller upassende uformel i deres påklædning, frisure og adfærd. De bør vælge en passende og sømmelig dragt, når de dyrker sport. Verdens mode ændrer sig, men Herrens standarder ændrer sig ikke.

Skæm ikke dig selv med tatooveringer eller piercinger på kroppen. Unge piger, hvis I ønsker huller i jeres ører, så bær kun et sæt øreringe.

Vis respekt for Herren og dig selv ved at klæde dig passende til Kirkens møder og aktiviteter. Dette er især vigtigt til nadvermødet. Unge mænd bør klæde sig med værdighed, når de omdeler nadveren.

Hvis du ikke er sikker på, hvad der er passende at have på, kan du studere profeternes ord, bede om vejledning og bede dine forældre eller ledere om hjælp. Din påklædning og dit udseende nu hjælper dig med at forberede dig på det tidspunkt, hvor du tager til templet for at indgå hellige pagter med Gud. Spørg dig selv: »Ville jeg føle mig tryk ved mit udseende, hvis jeg var i Herrens nærhed?«



# Marts: Jesu Kristi forsoning

»Se, jeg siger jer, at I skal have håb ... ved Kristi forsoning« (Moro 7:41).

Oplæggene i denne måneds emne vil hjælpe de unge mænd til at »komme til Kristus ... og få del i hans frelse og i hans forløsnings kraft« (Omni 1:26). I denne måned kan du hjælpe dem til at forstå, hvordan de, gennem omvendelse og forsoningen, kan forblive rene og værdige til at udføre deres præstedømmepligter. Du kan også hjælpe dem til at indse, at de som bærere af Det Aronske Præstedømme har et helligt ansvar til at hjælpe andre til at modtage forsoningens velsignelser, når de forretter nadver- og dåbsordinancen.

For at integrere Pligt mod Gud i søndagens kvorumsmøder, kan du denne måned overveje at undervise i Pligt mod Gud-oplægget herunder.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvordan hjælper jeg andre til at modtage velsignelserne ved Frelserens forsoning? (Pligt mod Gud)*

*Hvad er Jesu Kristi forsoning?*

*Hvad vil det sige at have tro på Jesus Kristus?*

*Hvad vil det sige at omvende sig?*

*Hvad er nåde?*

*Hvorfor skal jeg tilgive andre?*

*Hvad er opstandelsen?*

*Hvordan kan Frelseren hjælpe mig i mine prøvelser?*

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvælg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

»Administration af præstedømmeordinancer«, s. 24-25, 48-49, 72-73

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68



MARTS: JESU KRISTI FORSONING

## PLIGT MOD GUD

# Hvordan hjælper jeg andre til at modtage velsignelserne ved Frelserens forsoning?

Når bærere af Det Aronske Præstedømme forbereder og administrerer nadveren, hjælper de kirkemedlemmerne til en fornyelse af forsoningens rensende kraft i deres tilværelse.

Hvordan har du følt, når du har forberedt, administreret eller modtaget nadveren? Hvorfor er nadveren betydningsfuld for dig?

Hvad er de unge mænds holdning til nadverordinansen? Hvad kan de gøre for at være bedre forberedt til at administrere nadveren? Hvad ønsker du, at de forstår omkring det ansvar, de har? Hvordan kan bærere af Det Aronske Præstedømme på andre måder hjælpe andre til at modtage forsoningens velsignelser?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og taler kan hjælpe de unge mænd til at forstå den rolle, de spiller i at hjælpe andre til at modtage forsoningens velsignelser?*

Luk 22:19-20; 3 Ne 18:1-11 (Jesus Kristus indstiftede nadveren)

Boyd K. Packer, »Forsoningen«, *Liahona*, nov. 2012, s. 75-78

L&P 20:76-79 (Bærere af Det Aronske Præstedømme administrerer nadveren)

»Nadveren«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 104-106

L&P 38:42 (Præstedømmebærere skal være værdige til at udføre ordinancer)

»Bliv befriere på Zions bjerg«, *Kirkens præsidenters lærdomme: Joseph Smith*, 2007, s. 463-473

Obad 1:21 (Vi skal være befriere på Zions bjerg)

Videoer: »Det storslåede præstedømme«, »I skal hellige jer«

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kворummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kворumsmøde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle noget, de husker fra sidste uges lektion. Hvilke spørgsmål har de? Hvordan efterlever de det, de lærer?
- Bed kvorumsmedlemmerne om at skrive deres svar på følgende spørgsmål på tavlen: "Hvordan hjælper jeg andre til at modtage forsoningens velsignelser?"

---

## Lær sammen

### Pligt mod Gud-planer

Afsæt i slutningen af kvorums mødet tid til, at de unge mænd kan lægge planer i deres *Pligt mod Gud*-hæfte. Disse planer er personlige, men kvorumsmedlemmerne kan hjælpe hinanden med at komme med forslag til disse planer.

Formålet med denne lektion er at hjælpe de unge mænd til hver især at forstå, hvordan udførelsen af deres præstedømmepligter hjælper andre til at modtage forsoningens velsignelser. Som et led i denne lektion bør kvorumsmedlemmerne lægge en plan i deres *Tro mod Gud-hæfte* om at administrere præstedømmeordinancer med ærbødighed. Bed på forhånd de unge mænd om at tage deres *Tro mod Gud-hæfte* med i kirke. Bed dem om ved et kommende kvorums møde at fortælle om de oplevelser, de har haft, da de udførte deres planer.

- Bed et kvorumsmedlem om at vise et billede af Frelseren, der administrerer nadveren (se hæftet *Evangelisk kunst*, s. 54). Bed ham om at forklare omstændighederne omkring denne begivenhed, hvad der foregår på billedet, og hvordan bærere af Det Aronske Præstedømme repræsenterer Jesus Kristus, når de på vor tid administrerer nadveren. Spørg de unge mænd, hvordan de har det, når de forbereder og administrerer nadveren.
- Bed de unge mænd om parvis at læse Lære og Pagter 20:76-79, Lukas 22:19-20 og 3 Nefi 18:1-11. Lad dem drøfte, hvad nadverbrødet og -vandet repræsenterer, og hvem præstedømmebærerne repræsenterer, når de forbereder og administrerer nadveren (se *Pligt mod Gud*, s. 24). Lad de unge mænd slå op på afsnittet »Udfør« i deres *Pligt mod Gud*-hæfte (s. 25, 49 eller 73) og lægge planer ud fra det, de har drøftet. Bed dem om at stille disse spørgsmål til deres forældre eller en leder: Hvad betyder nadverordinancen for dig? Hvad kan jeg som bærer af Det Aronske Præstedømme gøre for at hjælpe dig til at have en mere betydningsfuld oplevelse med nadveren? Bed ved et kommende kvorums møde kvorumsmedlemmerne om at fortælle om svarene på disse spørgsmål og om de oplevelser, de har haft i udførelsen af deres planer.
- Læs som kvorum Lære og Pagter 38:42 og drøft, hvordan dette vers finder anvendelse på dem, der håndterer de »kar«, der indeholder symbolet på forsoningen (se *Pligt mod Gud*, s. 48). Vis en af de videoer, der er foreslået i dette oplæg, og bed de unge mænd om at være opmærksom på, hvorfor

de skal være rene for at bruge præstedømmet. Lad dem slå op på »Udfør« afsnittet i deres *Pligt mod Gud*-hæfte (s. 25, 49 eller 73) og lægge planer ud fra det, de har lært.

- Bed de unge mænd om at læse nadverbønnerne, finde de pagter, der nævnes i disse bønner, og forklare, hvad de betyder. Hvilke ord bider de mærke i? (Se *Pligt mod Gud*, s. 72). Hvordan bliver menighedens medlemmer påvirket af opførelsen og holdningen hos de, der administrerer nadveren? Lad de unge mænd slå op på »Udfør« afsnittet i deres *Pligt mod Gud*-hæfte (s. 25, 49 eller 73) og lægge planer ud fra det, de har lært.
- Vis et billede af en forfader, som døde uden at have modtaget templets ordinancer, eller bed de unge mænd om at medbringe billeder af forfædre, de kan vise frem. Bed de unge mænd om at drøfte, hvordan de kan hjælpe dem, der er døde, med at modtage

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de som præstedømmebærere kan hjælpe andre med at modtage forsoningens velsignelser? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om den plan, han nedskrev i sit hæfte *Pligt mod Gud*, og sin forpligtelse til at udføre den.
- Drøfte, hvordan kvorumsmedlemmerne kan administrere nadveren til dem, der ikke kan komme i kirke (som anvist af biskoppen).

## Undervisning på Frelserens måde

I alle situationer var Frelseren et eksempel og en mentor for sine disciple. Han lærte dem at bede ved at bede sammen med dem. Han lærte dem at elske og tjene ved at elske og tjene dem. Hvordan kan du være et eksempel på de principper, du underviser i?





MARTS: JESU KRISTI FORSONING

## Hvad er Jesu Kristi forsoning?

Forsoningen er det offer, som Jesus Kristus ydede for at hjælpe os til at overvinde synd, modgang og død. Jesu sonoffer fandt sted i Getsemane have og på korset på Golgata. Han betalte prisen for vore synder, påtog sig døden og opstod. Forsoningen er det største udtryk for vor himmelske Faders og Jesu Kristi kærlighed.

Hvordan har du fået et vidnesbyrd om forsoningen? Hvordan har forsoningen været en velsignelse for dig i din tilværelse?

Hvad ved de unge mænd om forsoningen? Hvad kan de finde i skrifterne, og hvad kan de undervise hinanden om vedrørende forsoningen? Hvordan kan de føle og udvise taknemlighed for forsoningen?

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke hjælpemidler vil hjælpe de unge mænd til at forstå forsoningen og dens betydning i deres tilværelse?*

Matt 26-27 (Jesus Kristus betalte prisen for vore synder og påtog sig vore smerter i Getsemane og på korset)

Thomas S. Monson, »Han er opstået!«, *Liahona*, maj 2010, s. 87-90

Matt 28:1-10 (Jesus Kristus overvandt døden ved sin opstandelse)

Linda K. Burton, »Er troen på Jesu Kristi forsoning skrevet i vores hjerte?« *Liahona*, nov. 2012

2 Ne 9:6-16 (Jesus Kristus overvandt synd og død ved sin forsoning)

»Forsoning, Jesu Kristi«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 41-47

Alma 7:11-13 (Jesus Kristus påtog sig vore smerter, sygdomme, skrøbeligheder og synder)

Video: »En apostels tanker om Kristus i forbindelse med påsken«

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Skriv et spørgsmål fra sidste uges lektion (lektionens titel) på tavlen. Spørg kvorumsmedlemmerne, hvad de lærte sidste uge, som hjælper dem til at besvare dette spørgsmål. Hvad har de gjort for at efterleve det, de lærte?
- Vis billeder, der skildrer begivenhederne i forsoningen (såsom Frelserens lidelse i Getsemane have, korsfæstelsen eller opstandelsen; se hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 56-59), og

bed de unge mænd om at fortælle, hvad de ved om disse begivenheder. Lad de unge mænd hver især skrive et spørgsmål, de har om forsoningen. Indsaml spørgsmålene, og læs dem højt, hvis det er passende. Bed de unge mænd om hver især at tænke på deres spørgsmål i løbet af lektionen. Bed ved afslutningen af lektionen kvorumsmedlemmerne om at fortælle om de svar, de har fået på deres spørgsmål.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå Jesu Kristi forsoning. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan fra Pligt mod Gud om at lære og undervise om forsoningen (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42, eller 66). Du kan foreslå, at han læser præsident Thomas S. Monsons tale »Han er opstået!« som en del af sin forberedelse.
- Bed de unge mænd om sætte begivenheder fra Frelserens sidste timer sammen med skriftsteder fra Matthæus 26-28 (Hvis du ønsker illustrationer af disse begivenheder, som for eksempel lidelsen i Getsemane, forræderiet, Kristi trængsler, korsfæstelsen og opstandelsen). Hvad lærer

disse begivenheder de unge mænd om Frelseren og hans forsoning? Lad nogle af kvorumsmedlemmerne fortælle, hvad de føler omkring det, som Frelseren har gjort for dem.

- Lad hver af de unge mænd læse om et af forsoningens principper i Linda K. Burtons tale »Er troen på Jesu Kristi forsoning skrevet i vores hjerte?« Bed dem om at finde nogen i kvorummet, der har læst om det samme princip, og lad dem drøfte, hvad de har lært, og fortælle om situationer i deres egen tilværelse eller i andres, som de kender, der illustrerer dette princip. Bed en fra hvert par om at fortælle resten af kvorummet, hvad de har drøftet.

## Undervisningstip

Eleverne er mere tilbøjelige til at deltage meningsfyldt, når de bliver stillet gode spørgsmål og får tid til at tænke, før de svarer. For at give kvorumsmedlemmerne denne tid kan du overveje at nedskrive spørgsmålene på tavlen eller bede kvorumsmedlemmerne om at skrive deres svar på et stykke papir (se *Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 68-70).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren anvendte skrifterne til at undervise om sin mission. Han lærte folk selv at tænke over skrifterne. Hvad kan du gøre for at hjælpe de unge mænd med at bruge skrifterne til at forstå Jesu Kristi forsoning?

- Bed de unge mænd om at læse 2 Nefi 9:6-26 og finde vers, der belærer dem om behovet for forsoningen. Giv flere af de unge mænd mulighed for at fortælle om de vers, de har valgt, og hvad de belærer om. Bed dem om at skrive et brev til en person, der ikke tror på Gud, og benytte disse vers til at forklare, hvorfor forsoningen er vigtig, og hvorfor vi har brug for en Frelser. Bed dem om at fortælle hinanden om deres breve.

- Bed nogle af de unge mænd om at læse Alma 7:11-13, og bed resten om at læse om nåde i Guide til Skrifterne.

*Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært i dag. Har de en større forståelse af forsoningen? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

Lad dem fortælle, hvad de har lært om, hvordan forsoningen er en velsignelse i deres tilværelse. Hvordan kan forsoningens kraft, ud over at betale prisen for vore synder, være os en hjælp? Bed de unge mænd om at fortælle om eksempler fra skriften eller fra deres egen tilværelse, hvor nogen har modtaget styrke ved forsoningen.

- Se en eller flere af de videoer, der er nævnt i dette oplæg, og lad de unge mænd skrive, hvad de føler efter at have set dem. Bed dem om at fortælle, hvorfor de er taknemlige for Jesu Kristi forsoning.

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kворumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bede kворumsmedlemmerne om at nedskrive og fortælle, hvad de kan gøre for at hjælpe deres familie og venner til at modtage forsoningens velsignelser.

- Bede de unge mænd om at nedskrive, hvad de føler omkring forsoningen, i deres dagbøger.



MARTS: JESU KRISTI FORSONING

## Hvad vil det sige at have tro på Jesus Kristus?

Vores tro må være centreret om Herren Jesus Kristus for, at den kan føre til frelse. At have tro på Jesus Kristus betyder, at vi stoler på ham og adlyder hans befalinger. Tro er meget mere end passiv overbevisning. Vi udtrykker vores tro gennem gerninger – ved den måde vi lever på.

---

### Forbered dig åndeligt

*Når du studerer skriften og andre hjælpemidler for at lære mere om tro, vær da opmærksom på det, der kan hjælpe de unge mænd til at styrke deres tro på Jesus Kristus.*

Hebr 11:4-9, 17-29; Eter 12:11-22  
(Eksempler på folk, der udviste tro)

Jak 1:5-6; 2:14-20 (Troen er død uden gerninger)

Alma 32:21, 26-43 (Tro er håb om det, som ikke ses, men som er sandt)

Moro 7:33-41 (Mirakler udvirkes ved tro)

Neil L. Andersen, »Tro kommer ikke tilfældigt, men ved valg«, *Liahona*, nov. 2015, s. 65-68

Russell M. Nelson, »Vis jeres tro«, *Liahona*, maj 2014

»Tro«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 159-161

Video: »Ren og enkel tro«

Hvornår har du udøvet tro på Jesus Kristus? Hvilke oplevelser kan du fortælle de unge mænd om, som vil inspirere dem til at handle i tro?

Hvordan kan de bærere af Det Aronske Præstedømme, som du underviser, udøve deres tro på Jesus Kristus? Hvad gør de for at styrke deres tro?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Lad de unge mænd bruge omkring 30 sekunder på at nedskrive alt, hvad de kan huske fra sidste uges lektion. Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de har skrevet. Hvordan kan du bruge deres lister til at præsentere emnet tro?
  - »Handling«. Spørg de unge mænd, hvad der ville ske med denne båd, hvis den kun havde en åre. Hvad vil der ske med vores tro, hvis vi ikke handler ifølge det, vi tror på? Brug skrifterne, *Tro mod sandheden* (s. 159-161) eller Guide til Skrifterne for at hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvad tro er, og hvad sammenhængen er mellem denne tegning og tro.
- Tegn en enkel robåd, og skriv »Dit liv« på den. Tegn en åre, og skriv »Tro« og en åre til, og skriv

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvad det vil sige at have tro på Jesus Kristus. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kворum:

- Bed et kvorumsmedlem om at give en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om tro (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42 eller 66).
  - om at fortælle, hvad de har fundet, og drøfte, hvordan de kan udvise tro.
- Bed de unge mænd om at læse Jakobs Brev 2:14-20 og finde de eksempler, som Jakob bruger til at undervise om forholdet mellem tro og gerninger. Bed et par af dem om med deres egne ord at referere, hvad Jakob belærer om tro. Bed de unge mænd om at finde eksempler på folk, der viste deres tro gennem deres gerninger i ældste Neil L. Andersens tale »Tro kommer ikke tilfældigt, men ved valg« eller ældste Russell M. Nelsons tale »Vis jeres tro«. Bed dem
  - Bed de unge mænd om hver især at finde en historie fra skriften, hvor nogen handlede ifølge deres tro på Jesus Kristus (se fx 2 Mos 14:19-28; Matt 8:5-13; Hebr 11:4-9, 17-29; Eter 12:11-22; 1 Ne 4). Bed de unge mænd om også at skrive om en oplevelse, hvor de eller nogen, de kender, udøvede tro på Jesus Kristus. Bed de unge mænd om hver især at gengive den historie, de fandt i skrifterne, og den oplevelse, de skrev om. Dette kan de gøre i mindre grupper eller som kворum.
  - Skriv følgende spørgsmål på tavlen: Hvad er tro? Hvad vil det sige at have tro på Jesus Kristus? Hvordan

### Undervisningstip

»Når du underviser ud fra skrifterne, er det ofte en hjælp at få eleverne til at se eller lytte efter noget bestemt« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 55).

kan jeg leve i tro? Hvordan kan jeg få større tro? Giv hvert af kvorumsmedlemmerne et af afsnittene under overskriften »Tro« i *Tro mod sandheden*. Bed de unge mænd om at læse deres afsnit, herunder skriftstedshenvisningerne, og finde svar på et af spørgsmålene på tavlen. Lad dem skrive deres svar på tavlen og fortælle kvorummet, hvad de mere har lært.

- Lad de unge mænd læse Matt 17:20, og spørg dem, hvad de tror, det betyder at flytte bjerge med vores tro. Læs følgende udtalelse af biskop Richard C. Edgley: »Jeg har aldrig set, at et rigtigt bjerg blev flyttet. Men som

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvad det vil sige at have tro på Jesus Kristus? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om sine følelser omkring, hvad det vil sige at have tro på Jesus Kristus, og hvad han har i sinde at gøre for at handle ifølge denne tro.
- Drøfte med kvorummet, hvordan deres tro viser sig i deres præstedømmetjeneste.

følge af tro har jeg set bjerge af tvivl og fortvivlelse blive flyttet og erstattet af håb og optimisme. Som følge af tro har jeg personligt været vidne til, at et bjerg af synd blev erstattet af omvendelse og tilgivelse. Og som følge af tro har jeg personligt været vidne til, at et bjerg af smerte blev erstattet af fred, håb og taknemlighed. Ja, jeg har set bjerge blive flyttet« (»Tro – valget er dit«, *Liahona*, nov. 2010, s. 33). Vis videoen »Ren og enkel tro« og bed de unge mænd om at være opmærksomme på bjerge, der bliver flyttet ved tro (eller fortæl om en af dine egne oplevelser).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren sagde: »Min lære er ikke min egen, men hans, som har sendt mig« (Joh 7:16). Han underviste i den lære, som han havde lært af sin Fader. Hvordan kan du sikre, at du underviser i sand lære? (Se *Undervisning, den største kaldelse*, s. 52-53).

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra »Tro«, Tro mod sandheden, 2005, s. 159-161*

## **Tro på Herren Jesus Kristus**

Hvis din tro skal lede dig til frelse, må den centrere sig i Herren Jesus Kristus (se ApG 4:10-12; Mosi 3:17; Moro 7:24-26; TA 1:4). Du kan udøve tro på Kristus, når du har en forsikring om, at han eksisterer, har en korrekt idé om hans karakter og en viden om, at du stræber efter at leve i overensstemmelse med hans vilje.

At have tro på Jesus Kristus betyder at stole helt og fuldt på ham – at stole på hans uendelige kraft, intelligens og kærlighed. Det omfatter at tro på hans lærdomme. Det betyder at tro, at selv om du ikke forstår alt, så gør han det. Husk, at fordi han har oplevet alle dine smerter, lidelser og svagheder, ved han, hvordan han skal hjælpe dig med at rejse dig over dine daglige vanskeligheder (se Alma 7:11-12; L&P 122:8). Han har »overvundet verden« (Joh 16:33) og forberedt vejen for dig til at modtage evigt liv. Han er altid rede til at hjælpe dig, når du husker hans bøn: »Se hen til mig i alle jeres tanker; tvivl ikke, frygt ikke« (L&P 6:36).

## **At leve i tro**

Tro er meget mere end passiv overbevisning. Du udtrykker din tro gennem gerninger – ved den måde du lever på.

Frelseren lovede: »Dersom I vil tro på mig, skal I have magt til at gøre alt, hvad jeg anser for gavnligt« (Moro 7:33). Tro på Jesus Kristus kan motivere dig til at følge hans fuldkomne eksempel (se Joh 14:12). Din tro kan lede dig til at udføre gode gerninger, adlyde befalingerne og omvende dig fra

dine synder (se Jak 2:18; 1 Ne 3:7; Alma 34:17). Din tro kan hjælpe dig med at overvinde fristelse. Alma rådede sin søn Helaman: »... lær dem at modstå alle djævelens fristelser ved deres tro på den Herre Jesus Kristus« (Alma 37:33).

Herren vil udvirke store mirakler i vores liv i forhold til vores tro (se 2 Ne 26:13). Tro på Kristus hjælper dig med at modtage åndelig og fysisk helbredelse gennem hans forsoning (se 3 Ne 9:13-14). Når prøvelsens tid kommer, kan tro give dig styrke til at gå videre og møde dine vanskeligheder med mod. Selv når fremtiden synes usikker, kan din tro på Frelseren give dig fred (se Rom 5:1; Hel 5:47).

## **Øg din tro**

Tro er en gave fra Gud, men du må nære din tro for at bevare den stærk. Tro er som musklen i din arm. Hvis du træner den, vil den blive stærk. Hvis du lader den hænge i en slynge, bliver den svag.

Du kan nære troens gave ved at bede til vor himmelske Fader i Jesu Kristi navn. Når du udtrykker din taknemlighed til din Fader og efterhånden som du bønfalder ham om de velsignelser, som du og andre har brug for, vil du komme ham nærmere. Du får et tættere forhold til Frelseren, hvis forsoning gør det muligt for dig at bønfalde om nåde (se Alma 33:11). Du vil også være modtagelig for Helligåndens stille vejledning.

Du kan styrke din tro ved at holde befalingerne ... Ligesom alle velsignelser fra Gud så opnås og øges tro ved individuel lydighed og retfærdige gerninger. Hvis du ønsker at berige din tro til den højest mulige grad, må du holde de pagter, som du har indgået.



## Hvad vil det sige at omvende sig?

Jesus Kristus led straffen for vore synder, så vi kan omvende os. Omvendelse er en forandring i hjertet og sindet, der bringer os nærmere Gud. Det indebærer at vende sig bort fra synd og at vende sig til Gud for tilgivelse. Omvendelse motiveres af kærlighed til Gud og et oprigtigt ønske om at adlyde hans befalinger.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad inspirerer dig til at omvende dig?*

Hvilke oplevelser har du haft med omvendelse? Hvordan kan du, uden at nævne egne synder, forklare, hvordan omvendelse har gjort, at du er kommet tættere på vor himmelske Fader?

Nogle unge mænd kæmper måske med en følelse af, at de ikke er værdige. Dette vil påvirke deres evne til at tjene som trofaste præstedømmebærere. Hvordan kan du være lydhør over for dem og invitere Ånden til at hjælpe dem til at få et ønske om at omvende sig?

Es 1:18 (Vi kan blive rensed for vore synder gennem omvendelse)

»Omvendelse«, *Til styrke for de unge*, s. 28-29

Rom 3:23; 1 Joh 1:8 (Vi har alle syndet)

Dieter F. Uchtdorf, »Han vil lægge jer på sine skuldre og bære jer hjem«, *Liahona*, maj 2016, s. 101-104

Alma 19:33 (Omvendelse forandrer vores hjerte)

Alma 36:6-24 (Alma omvender sig og modtager tilgivelse ved Frelserens nåde)

Allen D. Haynie, »Husk, til hvem vi har sat vores lid«, *Liahona*, nov. 2015, s. 121-123

Alma 39:8 (Vi kan ikke skjule vore synder fra Gud)

D. Todd Christofferson, »Omvendelsens guddommelige gave«, *Liahona*, nov. 2011, s. 38-41

L&P 58:42-43 (For at omvende os må vi bekende og forsage vore synder)

Video: »Indenfor grænserne«; »Ikke kun én gang«

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvoorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at tegne bil- leder, der minder dem om noget, de lærte sidste uge, og sammen drøfte, hvad de tegnede.
- Bed en ung mand om at holde sine arme strakt ud foran sig med en tung genstand i hver hånd, mens kvorumsmedlemmerne drøfter, hvordan synd kan være som en tung byrde. Placer flere tunge genstande i den unge mands hænder i løbet af drøftelsen. Fjern genstandene, og bed de unge mænd om at fortælle, hvad de lærte om synd og omvendelse af denne illustration.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvad det vil sige at omvende sig. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed et medlem af kvorummet om at komme til klassen forberedt på at fortælle historien i begyndelsen af ældste Allen D. Haynies tale »Husk, til hvem vi har sat vores lid« eller oplevelsen med at genopbygge Frauenkirche eller Frelserens lignelse om det fortabte får fra præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »Han vil lægge jer på sine skuldre og bære jer hjem.« Du kan også vise videoerne med disse historier. Hvad lærer disse historier os om omvendelse? Skriv udtalelser om omvendelse fra talerne på nogle stykker papir. Bed de unge mænd om at vælge en udtalelse og fortælle, hvad de har lært – først til en partner og dernæst til hele klassen. Giv dem tid til at reflektere over forandringer, de føler sig tilskyndet til at foretage sig på grund af det, som de har lært.
  - Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion.
- Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om omvendelse (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42 eller 66).
- Bed en af de unge mænd om at gemme en genstand, mens de andre kvorumsmedlemmer ser på. Bed et andet kvorumsmedlem om at finde genstanden. Hvad lærer dette eksempel os om at forsøge at skjule synder fra Gud? (Se Alma 39:8). Hvilke historier fra skrifterne, som viser os, at vi ikke kan skjule vore synder for Gud, kan de unge mænd fortælle om? (Se for eksempel Jon 1-2; 2 Sam 11-12; ApG 5:1-11). Bed de unge mænd om at drøfte følgende spørgsmål i små grupper: På hvilke måder forsøger folk at skjule deres synder? Hvad kan du sige for at hjælpe nogen til at forstå, at vi ikke kan skjule vore synder?
  - Lad en ung mand holde et billede af Alma og Mosijas sønner (se hæftet

### Undervisningstip

”Det er ... eleven, som må sættes i gang. Når en lærer retter søgelyset mod sig selv, bliver forestillingens stjerne, selv taler hele tiden eller på anden vis overtager hele aktiviteten, er det næsten helt sikkert, at han hindrer elevernes indlæring« (Asahel D. Woodruff, i *Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 61).

*Evangelisk kunst*, nr. 77) og referere historien om deres omvendelse (se Alma 36:6-24). Bed de unge mænd om selv at læse Alma 36:13, 17-20, 23-24, finde omvendelsesprincipperne i disse vers, og derpå i små grupper fortælle, hvad de har lært. Lad de unge mænd overveje og nedskrive, hvad de kan gøre for at anvende omvendelsens principper i deres egen tilværelse.

- Lad de unge mænd hver især studere dele af »Omvendelse« i *Til styrke for de unge* eller udvalgte dele af en af de taler, der er foreslået i dette oplæg. Bed de unge mænd om at markere og fortælle om, hvad de lægger mærke til. Lad dem nedskrive de spørgsmål,

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvad det vil sige at omvende sig? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad han føler, eller bede kvorumsmedlemmer om at fortælle, hvad de føler for Frelseren, og hvad det vil sige at omvende sig.
- Bede de unge mænd om at efterse deres liv og finde ud af, hvad de har brug for at ændre.

de har om omvendelse. Dette gøres anonymt. Inviter biskoppen til at komme og besvare disse spørgsmål og fortælle, hvordan omvendelse er forbundet med præstedømmekraften.

- Vis videoen »Indenfor grænserne«. Bed halvdelen af kvorumsmedlemmerne om at være opmærksomme på, hvad denne video belærer om, hvad det vil sige at omvende sig, og bed den anden halvdel om at se, hvilken rolle biskoppen spiller i at hjælpe os til at omvende os. Bed dem om at fortælle, hvad de har lært. Hvad kan de sige til venner, der måske er bange for at tale med biskoppen om de fejl, de har begået?

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede mennesker til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. Han gav dem mulighed for at lære gennem berigende oplevelser. Hvad kan du gøre for at hjælpe de unge mænd til at se kraften af daglig omvendelse i deres tilværelse?

# Udvalgte materialer

---

»Omvendelse«, Til styrke for de unge, s. 28-29

*Heraf kan I vide, om et menneske omvender sig fra sine synder: Se, han vil bekende dem og aflægge dem.*

L&P 58:43

Frelseren led for vore synder og gav sit liv for os. Dette store offer kaldes forsoningen. Ved forsoningen kan du få tilgivelse og blive rensset for dine synder, når du omvender dig.

Omvendelse er mere end blot at erkende sine fejltagelser. Det betyder ændring af sind og hjerte. Det omfatter at vende sig bort fra synd og at vende sig til Gud for tilgivelse. Omvendelse motiveres ved kærlighed til Gud og et oprigtigt ønske om at adlyde hans befalinger.

Satan ønsker, at du skal tro, at du ikke kan omvende dig, men det er absolut ikke sandt. Frelseren har lovet dig tilgivelse, hvis du vil ydmyge dig og gøre den indsats, som omvendelse kræver. Jo før du begynder at omvende dig, hvis du har syndet, jo før du begynder at vende tilbage, jo før vil du finde den fred og glæde, der kommer med tilgivelse. Hvis du udsætter din omvendelse, kan du gå glip af velsignelser, muligheder og åndelig vejledning. Du kan

også blive fanget i yderligere syndig adfærd, hvilket gør det vanskeligere at finde tilbage.

Nogle mennesker bryder med vilje Guds befalinger og planlægger, at de kan omvende sig senere, før de tager til templet eller på mission. En sådan velovervejede synd håner Frelserens sonoffer.

Du skal bekende dine synder for Herren for at omvende dig. Søg derfor tilgivelse fra dem, som du har forurettet, og genopret så vidt muligt det, der er blevet ødelagt af dine handlinger. Søg hjælp og råd fra dine forældre, efterhånden som du bestræber dig på at omvende dig. Alvorlige synder, såsom seksuelle overtrædelser eller brug af pornografi, skal bekendes til din biskop. Vær fuldstændig ærlig over for ham. Han vil hjælpe dig til at omvende dig. Hvis du har et spørgsmål om, hvad der bør drøftes med biskoppen, kan du tale med dine forældre eller med ham om.

Når du gør det, der er nødvendigt for at omvende dig og få tilgivelse, lærer du selv forsoningens kraft at kende og Guds kærlighed til dig. Du vil føle Herren Jesu Kristi fred, som vil give dig stor styrke, og du vil blive mere som han.



MARTS: JESU KRISTI FORSONING

## Hvad er nåde?

Nåde er guddommelig hjælp og styrke, som vi modtager ved Jesu Kristi forsoning. Ved nåde bliver vi frelst fra synd og død. Derudover bliver vi hver dag styrket ved nådens kraft og får hjælp til at holde ud til enden. Vi er nødt til at yde vores for at modtage Herrens nåde i sin fylde.

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og andre kilder har hjulpet dig til at forstå nåden? Hvad føler du dig tilskyndet til at fortælle de unge mænd om, for at de kan forstå nåden?*

Hvad betyder nåde for dig? Hvordan har du følt Jesu Kristi kraft hjælpe dig til at forandre dit liv?

Hvad ved de unge mænd om nåde? Hvordan kan du hjælpe dem til at forstå nådens kraft i deres tilværelse? Hvordan kan nåde hjælpe de unge mænd, når de stræber efter at udføre deres præstedømmepligter?

Ef 2:8-9; 2 Ne 25:23 (Vi bliver frelst ved nåde)

Dieter F. Uchtdorf, »Nådens gave«, *Liahona*, maj 2015, s. 107-110

Fil 4:13; Jakob 4:6-7 (Jesu Kristi nåde giver os styrke)

David A. Bednar, »Bære deres byrder med lethed«, *Liahona*, maj 2014

Moro 10:32-33 (Nåde kan fuldkommengøre os i Kristus)

»Nåde«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 108-109

Guide til Skrifterne, »Nåde«

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Medbring en genstand eller et billede, og spørg de unge mænd, hvilken forbindelse det har til det, de lærte i sidste uges lektion. Hvad har de gjort i den forgangne uge på grund af det, de lærte?
- Spørg de unge mænd, hvad de ved om nåde. Hvad tror de, nåde betyder?

Hvordan ser de nåden i deres tilværelse? I deres præstedømmetjeneste? Tror de, at de bliver frelst ved nåde? Hvilke spørgsmål har de om nåde? Som led i denne drøftelse, kan du gengive definitionen på nåde, som findes i begyndelsen af dette oplæg.

---

## Lær sammen

*Alle forslagene herunder kan hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå læren om nåden. Følg Åndens vejledning, og vælg den eller de, der vil virke bedst i dit kvorum:*

- Overvej at tegne en åben port og åbne vinduer på tavlen og bed de unge mænd om at kigge i begyndelsen af præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »Nådens gave« for at finde den sammenligning, han foretager mellem nåde og disse ting. Del de tilbageværende afsnit af talen ud blandt de unge mænd og bed dem om at skrive og dernæst fortælle de andre en sammenfatning på en linje, der handler om, hvad de har lært om nåde af dette afsnit. Hvad vil de gøre for at trække på vor himmelske Fader og hans Søns nåde.
- Bed nogle dage i forvejen et medlem af kvorummet om at undersøge, hvad det vil sige at påtage os Frelserens åg, se Matt 11:28-30 og ældste David A. Bednars tale »Bære deres byrder med lethed«. Bed ham komme forberedt til kvorumsmødet og lede en drøftelse angående det, han har

lært, og hvordan et åg kan repræsentere vores forhold til Jesus Kristus. Opfordr ham til at gengive udtalelser fra ældste Bednars tale, som han føler vil hjælpe kvorummets medlemmer til at forstå Frelserens nåde.

- Skriv en kort opsummering af alle skriftstederne i dette oplæg, og hæng dem op på hver sin væg. Lad hver af de unge mænd læse et skriftsted, og bed dem derpå finde og stå ved den opsummering, der passer til deres skriftsted. Bed de unge mænd om at fortælle, hvad deres skriftsted lærer dem om nåde. Hvilke eksempler på nåde ser de i deres tilværelse? Hvilke eksempler kan de komme i tanke om fra skrifterne?
- Bed hvert kvorumsmedlem om at lave en liste over det, de lærer, når de læser om nåde i Guide til Skrifterne og i *Tro mod sandheden*. Bed de unge mænd om at fortælle om noget fra

### Undervisningstip

»Det kan ... hænde, at du ikke kender svaret på et spørgsmål. Hvis det sker, så sig ganske enkelt, at du ikke ved det. Du kan eventuelt sige, at du vil prøve at finde svaret derpå. Ellers kan du opfordre eleverne til at finde svaret og i en anden lektion give dem tid til at fortælle, hvad de har fundet frem til« (*Undervisning, den største kaldelse*, 1999, s. 64).

deres liste og forklare, hvorfor det har betydning for dem. Lad dem finde billeder (i hæftet *Evangelisk kunst* eller Kirkens tidsskrifter), der viser mennesker, der modtager nåde eller hjælp fra Gud, og bed dem om at dele sig op parvis eller i små grupper og fortælle, hvad de har fundet ud af om disse mennesker. Hvilke lignende oplevelser kan de fortælle om fra deres egen tilværelse?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en større forståelse for læren om nåde? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om nådens kraft.
- Medbring en gren fra et træ, og lad de unge mænd finde ud af, hvordan Frelseren brugte en gren til at undervise om nåde i Joh 15:1-10. Hvilken indsigt får de om nåde i disse vers? Bed et kvorumsmedlem om at bruge den gren, du havde med, til at opsummere, hvad han har lært om nåde, over for resten af kvorummet.
- Lede en drøftelse om, hvordan Frelserens nåde kan hjælpe kvorumsmedlemmerne til mere effektivt at udføre deres præstedømmepligter.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren underviste sine disciple ved at hjælpe dem til at se eksempler på hans lærdomme i deres hverdag. Han brugte enkle historier, lignelser og eksempler fra det virkelige liv, der gav mening for dem. Hvordan kan du benytte dig af eksempler, når du underviser de unge mænd om nåde, og hvordan nåden virker i deres tilværelse?

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra »Nåde«, Tro mod sandheden, 2005, s. 108-109*

Ordet *nåde*, henviser, således som det er brugt i skrifterne, hovedsagelig til den guddommelige hjælp og styrke, som vi modtager gennem Herren Jesu Kristi forsoning. Apostlen Peter har forklaret, at vi bør »voks[e] i nåde og erkendelse af vor Herre og frelser, Jesus Kristus« (2 Peter 3:18).

## **Frelse ved nåde**

På grund af faldet vil alle opleve den timelige død. Gennem den nåde, som er muliggjort ved Frelserens sonoffer, vil alle mennesker opstå og modtage udødelighed (se 2 Ne 9:6-13). Men opstandelse alene kvalificerer os ikke til evigt liv i Guds nærhed. Vore synder gør os urene og uskikkede til at dvæle i Guds nærhed, og vi har behov for hans nåde til at rense os og fuldkommengøre os efter »alt, hvad vi formår at gøre« (2 Ne 25:23).

Udtrykket efter »alt, hvad vi formår at gøre« lærer os, at det kræver en indsats fra vores side at modtage fylden af Herrens nåde og blive gjort værdig til at dvæle sammen med ham. Herren har befalet os at adlyde hans evangelium, hvilket omfatter at have tro på ham, omvende os fra vore synder, blive døbt, modtage Helligåndens gave og holde ud til enden (se Joh 3:3-5; 3 Ne 27:16-20; TA 1:3-4). Profeten Moroni skrev om den nåde, som vi modtager, når vi kommer til Frelseren og adlyder hans lærdomme:

»Ja, kom til Kristus og bliv fuldkommen i ham og fornægt jer selv alt, hvad der er ugudeligt; og dersom I fornægter jer selv alt, hvad der er ugudeligt samt elsker Gud af hele jeres magt, sind og styrke, da er hans nåde tilstrækkelig for jer, så at I gennem hans nåde kan blive fuldkomne i Kristus; og dersom I ved Guds nåde er fuldkomne i Kristus, kan I ingenlunde fornægte Guds kraft.

Og atter, dersom I gennem Guds nåde er fuldkomne i Kristus og ikke fornægter hans kraft, da er I helliggjort i Kristus ved Guds nåde gennem Kristi blods udgydelse, hvilket er Faderens pagt til jeres synders forladelse, så at I kan blive helligede og uplettede« (Moroni 10:32-33).

## **Modtag nåde hele livet**

Udover at modtage nåde til din endelige frelse har du også behov for denne magtfulde kraft hver dag i dit liv. Efterhånden som du kommer din himmelske Fader nærmere i flittighed, ydmyghed og sagtmodighed, løfter og styrker han dig ved sin nåde (se Ordsp 3:34; 1 Pet 5:5; L&P 88:78; 106:7-8). Når du støtter dig ved hans nåde, sætter det dig i stand til at udvikle dig og vokse i retskaffenhed. Jesus »modtog ikke først hele fylden, men han gik fra nåde til nåde, indtil han fik fylden« (L&P 93:13). Nåde sætter dig i stand til at være med til at opbygge Guds rige, en tjeneste, som du ikke kan give gennem din egen styrke eller dine egne midler alene (se Joh 15:5; Fil 4:13; Hebr 12:28; Jak 4:6-7).



MARTS: JESU KRISTI FORSONING

## Hvorfor skal jeg tilgive andre?

Det er nødvendigt, at vi tilgiver andre for at få tilgivelse for vore synder. Når vi tilgiver andre, bliver det muligt for os at overvinde vrede, bitterhed eller hævnlyst. Tilgivelse kan helbrede åndelige sår og give den fred og kærlighed, som kun Gud kan give.

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder kan hjælpe de unge mænd med at anerkende de velsignelser, der er i deres tilværelse, når de tilgiver andre?*

Hvad har du lært ved at tilgive andre? Kan du komme i tanke om et tidspunkt, hvor det hjalp dig til at føle fred og kærlighed, at du tilgav nogen?

Hvilke oplevelser har de unge mænd, hvor de har brug for at tilgive andre? Hvad har de brug for at lære om at tilgive sig selv? Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at lære at tilgive, så de kan finde fred?

Bemærk: Hvis de unge mænd har spørgsmål omkring at tilgive misbrug, så foreslå, at de rådfører sig med deres biskop eller grenspræsident.

Matt 5:44; L&P 64:9-11 (Vi er blevet befalet at tilgive alle)

Matt 6:14-15; 18:21-35 eller videoen »Tilgiv syvoghalvfjerds gange« (Vi må tilgive andre for at blive tilgivet)

Luk 23:34 (Jesus Kristus tilgav dem, der korsfæstede ham)

Kevin R. Duncan, »Tilgivelsens helbredende salve«, *Liahona*, maj 2016, s. 33-35

Gordon B. Hinckley, »Tilgivelse«, *Liahona*, nov. 2005, s. 81-84

Dieter F. Uchtdorf, »De barmhjertige skal møde barmhjertighed«, *Liahona*, maj 2012, s. 70-77

Videoer: »Tilgivelse: Min byrde blev gjort let«

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Hvad kan de unge mænd huske fra den sidste lektion? Hvad blev de bedt om at gøre? Hvilke oplevelser har de haft, når de har anvendt det, de har lært?
- Bed de unge mænd om at tænke på et tidspunkt, hvor de har skullet tilgive nogen. Hvis de føler sig trygge ved det, så bed dem om at fortælle om deres oplevelse. Hvad skete der på grund af det? Hvordan ville tingene have været anderledes, hvis de ikke havde tilgivet?
- Bed de unge mænd om at tænke på et tidspunkt, hvor de har skullet

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorummedlemmerne til at forstå vigtigheden af at tilgive andre. Følg Åndens vejledning, og vælg den eller de, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Del kvorummet op i grupper, og lad hver gruppe læse udvalgte dele af de taler, der er omtalt i dette oplæg, eller en anden tale, du vælger. Bed de unge mænd om at markere de dele af talen, der gør indtryk på dem. Bed dem om at fortælle, hvad de har markeret, og forklare, hvorfor det har betydning for dem.
- Læs sammen lignelsen om den gældbundne tjener i Matt 18:23-35 (eller vis videoen »Tilgiv syvoghalvfjerds gange«, og bed de unge mænd om at sammenligne tjenerens og medtjenerens gæld (se »Mønt og vægt« i Ordforklaringer i Bibelen). Hvad lærer denne lignelse de unge mænd om tilgivelse? Lad de unge mænd finde og fortælle om andre skriftsteder, der belærer om vigtigheden af at tilgive andre (såsom de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg).

- Bed de unge mænd om at sammenligne forskellige situationer i skrifterne, hvor nogen bliver tilgivet. I kan studere historien om Josef i Egypten (se 1 Mos 45:1-7), Nefi og hans brødre (se 1 Ne 7:21), Jesus Kristus på korset (se Luk 23:34) eller andre. Hvorfor er det især vigtigt at tilgive familie-medlemmer? Vis en af de videoer, der er foreslået i dette oplæg, og bed de unge mænd om at fortælle om deres tanker. Hvilke andre eksempler på tilgivelse kan de komme i tanke om?
- Bed de unge mænd om at finde steder i skrifterne, hvor Frelseren belærer om at tilgive andre, og derpå fortælle klassen, hvad de har fundet frem til (se Matt 5:44; 6:14-15; 18:22-23). Bed dem om at fortælle om den fred, der kommer, når man tilgiver andre.
- Skriv de følgende spørgsmål på hver sin seddel, og giv en til hvert

### Undervisningstip

»Lærere, der holder forelæsning det meste af tiden eller selv besvarer alle spørgsmål, har tendens til at fratage eleverne lysten til at deltage« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 64).

af kворumsmedlemmerne. Hvorfor skal vi tilgive alle, heriblandt os selv? Hvorfor er Herren den eneste, der kan bestemme, hvorvidt en person skal tilgives? Hvorfor er det så stor en synd

ikke at tilgive? Lad de unge mænd hver især overveje deres spørgsmål, mens de læser L&P 64:9-11. Bed derefter de unge mænd om at fortælle om deres overvejelser og indsigt.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de vigtigheden af at tilgive andre? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Opfordre kvorumsmedlemmerne til at tænke på nogen, de har brug for at tilgive, og forpligte sig til at tilgive den person.
- Invitere kvorumsmedlemmerne til at fortælle deres familie, hvad de har lært.

## Undervisning på Frelserens måde

I alle situationer var Frelseren et eksempel og en mentor for sine disciple. Han lærte dem at bede ved at bede sammen med dem. Han lærte dem at elske og tjene ved at elske og tjene dem. Han lærte dem at tilgive andre ved at tilgive dem. Hvordan kan du være et eksempel på de principper, du underviser i?



MARTS: JESU KRISTI FORSONING

## Hvad er opstandelsen?

Takket være Jesu Kristi forsoning skal alle mennesker opstå. Vores legeme og ånd bliver genforenet i en fuldkommen og udødelig tilstand. En forståelse af og et vidnesbyrd om opstandelsen kan give os håb og perspektiv, når vi oplever livets udfordringer og sejre.

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder eller andre hjælpeklender kan du bruge for at undervise de unge mænd om opstandelsen? Hvad bliver du tilskyndet til at fortælle om?*

Luk 24 (Jesu Kristi opstandelse)

Paul V. Johnson, »Og døden skal ikke være mere«, *Liahona*, maj 2016, s. 121-123

1 Kor 15 (Eftersom Frelseren overvandt døden, vil vi alle opstå)

Thomas S. Monson, »Han er opstået!«, *Liahona*, maj 2010, s. 87-90

Alma 11:41-45 (Når vi opstår, bliver vores ånd og vores legeme forenet, og vi bliver dømt)

D. Todd Christofferson, »Jesu Kristi opstandelse«, *Liahona*, maj 2014

Alma 40-41 (Alma forklarer sin søn Corianton om opstandelsen)

Video: »Han er opstået«

Hvad ved du om opstandelsen? Hvilken indsigt har vi fået om opstandelsen fra nutidsskrifter?

Hvad ved de unge mænd om opstandelsen? Hvordan kan en bedre forståelse af opstandelsen påvirke, hvordan de føler om deres fysiske legeme?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at finde et skriftsted, de lærte om i sidste uges lektion. Lad et par af dem fortælle om deres skriftsted, hvad de lærte, og hvad de gør for at efterleve dets lærdomme.
- Spørg de unge mænd, hvad de fejrer ved påsken. Hvad er nogle af påskens symboler? Hvad lærer disse symboler dem om opstandelsen?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe koorumsmedlemmerne til at forstå opstandelsen. Følg Åndens vejledning, og vælg den eller de, der vil virke bedst i dit korum:

- Bed de unge mænd om at læse historierne i præsident Thomas S. Monsons tale »Han er opstået!« og ældste Paul V. Johnsons tale »Og døden skal ikke være mere«. Bed dem om med deres egne ord at opsummere disse historier og fortælle, hvad historierne lærer dem om opstandelsen. Hvad gør ellers indtryk på dem ved disse historier?
- Udvalg nogle skriftsteder om opstandelsen fra 1 Kor 15. Bed de unge mænd om i små grupper eller på egen hånd at læse afsnittene og lave et referat af, hvad de lærer om opstandelsen (fx kan v. 1-8 opsummeres på følgende måde: ”Der er vidner til opstandelsen”). Hvorfor føler de unge mænd, at det er vigtigt for dem at kende disse sandheder om opstandelsen?
- Bed de unge mænd om at forestille sig, at en ven, der ikke er medlem af kirken, har mistet en, som vedkommende holder af. Lad halvdelen af de unge mænd læse Alma 40 og den anden halvdel læse Alma 41. Bed dem lave en liste over de lærdomme om opstandelsen, der findes i disse kapitler, som de kunne fortælle deres ven om. Lad dem derpå gennemgå deres liste med resten af klassen.
- Lav sammen i klassen en liste over personer i skrifterne, der var vidner til Frelserens opstandelse. Bed de unge mænd om at lede efter andre eksempler i ældste D. Todd Christoffersens tale »Jesu Kristi opstandelse«. Lad dem finde disse vidners vidnesbyrd i skrifterne (der findes nogle henvisninger i ældste Christoffersons tale). Hvad lærer vi af disse vidner om Frelseren og hans opstandelse? Bær dit vidnesbyrd om Frelserens opstandelse, og bed nogle få af koorumsmedlemmerne om at bære deres vidnesbyrd.

## Undervisningstip

»Når du benytter dig af en række forskellige aktiviteter i forbindelse med undervisningen, har eleverne tendens til at forstå evangeliets principper bedre og huske mere. En omhyggeligt udvalgt metode kan gøre et princip mere tydeligt, mere interessant og lettere at huske« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 89).

## Undervisning på Frelserens måde

Jesus Kristus anvendte skrifterne til at undervise om sin mission. Han lærte sine disciple selv at tænke over skrifterne og anvende dem til at besvare deres egne spørgsmål. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at vende sig til skriften for at forstå Guds plan og de velsignelser, der venter dem forude?

- Uddel adskillige hæfter af *Kirkens præsidenters lærdomme* (eller tag kopier af udvalgte kapitler), og bed de unge mænd om at finde lærdomme om opstandelsen fra sidste dages profeter. Lad dem fortælle klassen, hvad de har fundet ud af.
- Lad de unge mænd finde salmer om opstandelsen (find forslag i emne- registret bagest i salmebogen). Syng nogle af disse sammen i klassen. Slå op på skriftstederne i salmens fodnoter, og drøft, hvad de belærer om.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en større forståelse af opstandelsen? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om opstandelsen.
- Bede kvorumsmedlemmerne om at lære mere om opstandelsen i deres personlige skriftstudium og fortælle kvorummet, hvad de lærer.



MARTS: JESU KRISTI FORSONING

## Hvordan kan Frelseren hjælpe mig i mine prøvelser?

Frelseren påtog sig vore smerter og sygdomme som et led i sit sonoffer. Efter som han har gennemgået vore prøvelser, ved han, hvordan han kan hjælpe os. Når vi udøver tro på Jesus Kristus, giver han os styrke og letter vore byrder.

Tænk på de prøvelser, du har haft. Hvordan har du modtaget styrke gennem forsoningen?

Tænk på de unge mænd i kvorummet. Hvilke prøvelser står de overfor? Hvilke personlige oplevelser, skriftsteder og citater ønsker du at fortælle dem om? Er der nogle personlige oplevelser de unge mænd kan fortælle hinanden om?

### Forbered dig åndeligt

*Studér, mens du forbereder dig, bønsonst disse hjælpekilder og andre, der har hjulpet dig med at ty til Frelseren i din nød.*

Matt 11:28-30; Fil 4:13; 1 Ne 17:3; Hel 5:12; L&P 19:23; 68:6 (Jesus Kristus kan styrke os og lette vore byrder)

Mosi 23:12-16; 24:8-17 (Herren styrker Almas folk for at hjælpe dem til at bære deres byrder)

Es 53:3-5; Alma 7:11-13 (Jesus Kristus forstår vores lidelse, fordi han har oplevet den)

W. Christopher Waddell, »Et mønster for fred«, *Liahona*, maj 2016, s. 90-93

Neill F. Marriott, »Giv Gud dit hjerte«, *Liahona*, nov. 2015, s. 30-32

Dallin H. Oaks, »Styrket af Jesu Kristi forsoning«, *Liahona*, nov. 2015, s. 61-64

»Modgang«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 101-104

Video: »Gud vil opløfte os«, »Bjerge at bestige«

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag eller udtænk nogle selv for at gennemgå læresætningen fra sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Bed de unge mænd om at fortælle om nogle af de ting, de lærte i sidste uges lektion. Afsæt tid til, at de kan fortælle om eventuelle oplevelser, de har haft, når de har anvendt det, de har lært.
- Giv de unge mænd et stykke papir hver, og bed dem om at nedskrive en prøvelse, de står overfor. Bed de unge mænd om at tænke over, hvordan Jesus Kristus kan styrke dem i deres prøvelser. Bed dem om at nedskrive de tanker og tilskyndelser, de får om at overvinde denne prøvelse, når de hører læren om forsoningen.

---

## Lær sammen

*Alle forslagene herunder kan hjælpe kворumsmedlemmerne til at forstå, hvordan forsoningen kan hjælpe dem i deres prøvelser. Følg Åndens vejledning, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:*

- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan fra Pligt mod Gud om at lære og undervise om forsoningen (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42, eller 66).
- Del kvorummet op i grupper. Bed hver gruppe om at læse et eller flere af skriftstederne fra dette oplæg og referere, hvad de har læst, til kvorummet. Lad de unge mænd nedskrive, hvordan det, de lærer i disse skriftsteder, kan hjælpe dem til at overvinde deres prøvelser. Hvis de føler sig trygge ved det, så bed dem om at fortælle, hvad de skrev. Overvej at fortælle om dine egne oplevelser.
- Læs sammen i klassen Mosija 24:8-17. Lad de unge mænd fortælle, hvad de lærer af Almas og hans folks oplevelser. Inviter med biskoppens tilladelse nogle af deres fædre til klassen og bed dem om at fortælle, hvordan Frelseren har styrket dem i deres prøvelser.
- Vis videoen »Gud vil opløfte os«. Hvordan vil de unge mænd besvare det spørgsmål, som ældste Robert D. Hales stiller i begyndelsen af videoen? Hvad gjorde Brittany for at finde styrke til at overvinde sin prøvelse? Lad de unge mænd overveje og nedskrive, hvordan de kan følge Brittanys eksempel, når de står over for deres egne prøvelser.
- Bed de unge mænd om at læse eller se historien om, hvordan søster Neill F. Marriott håndterede sin datters død (i talen »Giv Gud dit hjerte«). Bed dem om at tænke over følgende spørgsmål, når de læser eller ser historien: Hvordan hjalp forsoningen søster Marriott under hendes prøvelse? Bed dem om at fortælle om

### Undervisningstip

»Samtaler i små grupper [kan] straks inddrage dem, der synes at miste interessen og koncentrationen« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 72).

deres tanker. Bed de unge mænd om at tænke på de prøvelser, de har lige nu. Hvordan kan de blive styrket af forsoningen?

- Bed de unge mænd nævne nogle af de tragedier og prøvelser, som folk oplever. Gennemgå som klasse enten ældste Dallin H. Oaks' tale »Styrket af Jesu Kristi forsoning« eller biskop W. Christopher Waddells tale »Et

*Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært i dag. Forstår de, hvordan forsoningen kan hjælpe dem i deres prøvelser? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kворumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om en oplevelse, hvor Frelseren har hjulpet ham til at håndtere en prøvelse, og udfordre kворumsmedlemmerne til at stole på Frelseren i deres prøvelser.
- Lede en diskussion om, hvordan kворumsmedlemmerne kan opmuntre nogen, der har behov for Frelserens hjælp, ved at benytte sig af det, de har lært i dag.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren anvendte skrifterne til at undervise og vidne om sin mission. Denne lektion indeholder mange storslåede skriftsteder, der belærer om, hvordan Frelseren vil styrke os i vore prøvelser. Når de unge mænd studerer og drøfter disse skriftsteder, vil Helligånden vidne om, at de er sande.



# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra Neill F. Marriott, »Giv Gud dit hjerte«, Liahona, nov. 2015, s. 31

Min mand, børn og jeg valgte familiens motto: »Tingene ordner sig.« Men hvordan kan man sige de ord til en anden, når der opstår store problemer, og svarene ikke kommer let?

Da vores skønne og værdige 21-årige datter, Georgia, blev indlagt i kritisk tilstand efter en cykelulykke, sagde vores familie: »Tingene ordner sig.« Jeg fløj straks fra vores mission i Brasilien til Indianapolis i Indiana for at være sammen med hende, og undervejs klamrede jeg mig til vores familiemotto. Men vores vidunderlige datter gik til åndeverdenen, kun få timer inden mit fly landede. Hvordan kunne vi se hinanden i øjnene og *stadigvæk* erklære: »Tingene ordner sig«, når sorg og chok ramte vores familie som en flodbølge?

Efter Georgias jordiske død havde vi følelserne uden på tøjet, vi kæmpede, og den dag i dag har vi stunder fyldt med stor sorg, men vi finder trøst

i kundskaben om, at ingen i virkeligheden dør. På trods af vores kval, da Georgias fysiske legeme ophørte med at fungere, havde vi tro på, at hun levede videre som en ånd, og vi tror på, at vi skal leve sammen med hende i evigheden, hvis vi holder vore tempelpagter. Tro på vor Forløser og hans opstandelse, tro på hans præstedømmemagt og tro på evige beseglinger gør os i stand til at fremføre vores motto med overbevisning ...

Vores familiemotto er ikke: »Tingene vil ordne sig *øjeblikkeligt*.« Det omhandler vores håb om det evige resultat – ikke nødvendigvis det nuværende. Skriften siger: »Søg flittigt, bed altid og hav tro, så skal alting virke sammen til gavn for jer« (L&P 90:24). Den siger ikke, at alting er godt, men for de sagtmodige og trofaste virker både det positive og det negative *sammen* til gavn, og Herrens tid er hans egen. Vi venter på ham, sommetider som Job under sine lidelser, i det vi ved, at Gud »bringer lidelser, og han helbreder, han knuser, og hans hænder læger« (Job 5:18), Et sagtmodigt hjerte accepterer prøver og ventetiden, inden helbredelsen og helingen kommer.

# April: Frafaldet og genoprettelsen

»Jeg har udsendt mit evangeliums fylde ved min tjener Josephs hånd« (L&P 35:17).

Oplæggene i denne måneds emne vil hjælpe de unge mænd til at forstå det store frafald, og hvordan Jesus Kristus genoprettede sin Kirke og gengav sit evangelium i dets fylde gennem profeten Joseph Smith. Denne måned vil de unge mænd lære om centrale begivenheder i genoprettelsen og opdage, hvilken anvendelighed disse begivenheder har på deres tilværelse.

Bærere af Det Aronske Præstedømme har en præstedømmepligt til at forkynde evangeliet og indbyde alle til at komme til Kristus. De oplevelser, de har omkring denne måneds emne, kan hjælpe dem med at forkynde genoprettelsens budskab med klarhed og styrke, både nu som bærere af Det Aronske Præstedømme og fremover som fuldtidsmissionærer.

For at integrere Pligt mod Gud i søndagens kvorumsmøder, kan du denne måned overveje at undervise i Pligt mod Gud-oplægget herunder.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvordan kan jeg indbyde alle til at komme til Kristus? (Pligt mod Gud)*

*Hvorfor var en genoprettelse nødvendig?*

*Hvordan blev præstedømmet gengivet?*

*Hvilken rolle spillede Joseph Smith i genoprettelsen?*

*Hvorfor er det første syn betydningsfuldt?*

*Hvorfor har vi brug for Mormons Bog?*

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvælg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

»Indbyd alle til at komme til Kristus«, s. 28-29, 52-53, 76-77

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68



## PLIGT MOD GUD

# Hvordan kan jeg indbyde alle til at komme til Kristus?

Den dag, den genoprettede Kirke blev organiseret, gav Herren bærere af Det Aronske Præstedømme pligt til at indbyde alle til at komme til Kristus (se L&P 20:59). Når bærere af Det Aronske Præstedømme opfylder denne pligt, bringer de det gengivne evangeliums velsignelser til vor himmelske Faders børn. De styrker også deres eget vidnesbyrd og forbereder sig til missionærtjeneste livet igennem.

---

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpemidler. Hvilke tilskyndelser får du, mens du studerer?*

*Udførelse af min Pligt mod Gud, 2010, s. 28-29, 52-53, 76-77*

1 Tim 4:12 (Vær et eksempel for de troende)

Alma 17:2-3 (Mosijas sønner forberedte sig til at prædike evangeliet)

Moro 10:32-33 (Moronis invitation til at komme til Kristus)

L&P 4 (Egenskaber, der gør os egnede til at tjene Herren)

L&P 20:46-59 (Bærere af Det Aronske Præstedømme har en pligt til at indbyde alle til at komme til Kristus)

L&P 42:6 (Forkynd evangeliet ved Åndens kraft)

M. Russell Ballard, »Opfølgning«, *Liahona*, maj 2014

Richard G. Scott, »Jeg har givet jer et forbillede«, *Liahona*, maj 2014

»Hvad er mit formål som missionær?«, *Forkynd mit evangelium*, 2004, s. 1-15

Video: »Indbyd alle: Kom til Kristus«

Hvilke oplevelser har du haft med at indbyde nogen til at lære om evangeliet? Hvordan har andre hjulpet dig til at komme til Kristus?

Mange unge mænd ved ikke, at som bærere af Det Aronske Præstedømme har de en præstedømmeplicht til at indbyde alle til at komme til Kristus. Hvad kan du gøre for at hjælpe dem til at forstå og udføre denne hellige pligt? Hvad kan inspirere dem til at fortælle deres venner og familie om evangeliet?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kворummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kворumsmøde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle, for at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle noget, de husker fra sidste uges drøftelser. Hvorfor kunne de huske dette?
- Bed de unge mænd om at læse Lære og Pagter 20:59 og finde de præstedømmepligter, der nævnes der. Bed nogle få unge mænd om at fortælle om en oplevelse, de har haft, hvor de har fortalt om evangeliet til et familiemedlem, en ven, der var mindre aktiv, eller en ven fra en anden trosretning. Hvad var resultatet?

---

## Lær sammen

### Undervisningstip

»Gør alt, hvad du kan for at lytte oprigtigt til elevernes kommentarer. Dit eksempel vil motivere dem til at lytte opmærksomt til hinanden. Hvis du ikke forstår en elevs spørgsmål, så spørg. Du kan sige: »Jeg er ikke sikker på, at jeg forstår spørgsmålet. Kan du forklare det nærmere?« eller: »Kan du give mig et eksempel på, hvad du mener?« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 64).

Formålet med denne lektion er at hjælpe hver ung mand til at lave en plan om at udføre sin præstedømmepligt med at fortælle nogen om Jesu Kristi gengivne evangelium. Afsæt tid under koorums mødet til, at de unge mænd kan nedskrive deres plan i deres hæfte Pligt mod Gud. Lad dem fortælle hinanden om deres planer, og bed dem ved et kommende koorums møde om at gengive de oplevelser, de har haft, når de har indbudt andre til at komme til Kristus.

- Lad de unge mænd finde skriftsteder, der indeholder sætninger såsom »Kom til Kristus« eller »Kom til mig« (se Matt 11:28; Moro 10:32; L&P 20:59). Hvad vil det sige at »komme til Kristus«? Hvad lærer disse vers dem, som inspirerer dem til at indbyde andre til at komme til Kristus? (Se Pligt mod Gud, s. 28). Lad de unge mænd slå op på afsnittet »Udfør« i deres Pligt mod Gud hæfte (s. 29, 55 eller 77) og planlægge at indbyde nogen til at komme til Kristus.
- Læs sammen Lære og Pagter 20:53, og lav en liste over, hvordan hjemmelærere har mulighed for »altid at våge over kirken og at være hos dem og styrke dem«. Hvordan kan de unge mænd blive bedre hjemmelærere? Overvej at bede ældsternes koorumspræsident om at komme og tale med kvoorummet om, hvordan man er en god hjemmelærer. (Se Pligt mod Gud, s. 52, 76). Lad de unge mænd slå op på afsnittet »Udfør« i deres hæfte Pligt mod Gud (s. 53 eller 77) og lægge planer for at blive en bedre hjemmelærer.
- Vis et billede af Ammon, og bed kvoorummet om kort at referere historien om Ammon, der underviser lamanitterne (se Alma 17-19). Sammenlign denne historie med Coriantons oplevelse (se Alma 39:1-11). Hvordan bliver vores evne til at undervise andre om evangeliet påvirket af vores eksempel? (Se Pligt mod Gud, s. 28). Lad de unge mænd slå op på s. 29 i deres Pligt mod Gud og lægge planer om at fortælle andre om evangeliet ved at være et godt forbillede.

- Skriv følgende på tavlen: »At komme med en udfordring uden at følge op er som at \_\_\_\_\_«. Bed kvorumets medlemmer om at lede efter citatet, som fuldender sætningen fra ældste M. Russell Ballards tale »Opfølgning«. Hvilke andre eksempler kan medlemmerne af kvorummet komme i tanker om? Hvad mere indeholder talen, som kan hjælpe dem til forstå vigtigheden af opfølgning, når de inviterer andre til at komme til Kristus?

- Vis videoen »Indbyd alle: Kom til Kristus«, og bed

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de deres præstedømmeligt med at indbyde alle til at komme til Kristus? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Opfordre de unge mænd til at nedskrive planer i afsnittet »Udfør« i deres *Pligt mod Gud*-hæfte (s. 29, 53 eller 77).

kvorumsmedlemmerne om at være opmærksomme på, hvad bærerne af Det Aronske Præstedømme gjorde i denne video for at få deres kvorum til at vokse. Drøft, hvad de kan gøre for at have en lignende oplevelse i deres kvorum. Giv hver af de unge mænd en del af ældste Richard G. Scotts tale »Jeg har givet jer et forbillede«. Bed kvorumets medlemmer om at finde principper eller råd fra talen, som kan hjælpe dem i deres bestræbelser på at invitere andre til at komme til Kristus? Bed dem fortælle, hvad de har fundet frem til.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren indbød andre til at vidne om de sandheder, de lærte, så Ånden kunne røre deres hjerte. »Hvem siger I, at jeg er?« spurgte han. Da Peter svarede, blev hans vidnesbyrd styrket: »Du er Kristus, den levende Guds søn« (Matt 16:15-16). Hvordan kan vidnesbyrdet hos de unge mænd i kvorummet blive styrket ved at forkynde evangeliet?

## Tilhørende aktiviteter for unge

Planlæg en GUF-aktivitet, der vil hjælpe de unge mænd til at anvende det, de har lært i denne lektion.



## Hvorfor var en genoprettelse nødvendig?

Jesus Kristus oprettede i løbet af sin jordiske tjenestegerning Kirken med præstedømmemyndighed. Den blev ledt af profeter og apostle, der underviste i den sande lære og modtog åbenbaring, der blev nedskrevet som skrifter. Med apostlenes død blev præstedømmemyndigheden taget fra jorden, åbenbaring ophørte, og vigtige lærdomme forsvandt eller blev forvanskede. Ved profeten Joseph Smith blev den Kirke, som Jesus Kristus grundlagde, genoprettet.

Hvilke følgevirkninger af frafaldet har du set i verden? Hvordan har gengivelsen af evangeliet været til velsignelse for dig?

Hvad har de unge mænd brug for at vide om frafaldet og genoprettelsen? Hvordan kan en forståelse af frafaldet og genoprettelsen hjælpe dem?

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du vil hjælpe de unge mænd til at forstå, hvorfor en genoprettelse var nødvendig?*

Ef 4:11-14; TA 1:6 (Kirken i dag har den samme organisation som Kirken på Frelserens tid)

Es 29:13-14; Am 8:11-12; 2 Thess 2:3; 1 Ne 13:24-29 (Kirken gik tabt på grund af frafald)

L&P 1:17-23, 30 (Jesus Kristus genoprettede sin kirke gennem Joseph Smith)

JS-H 1:6-20 (Joseph Smiths første syn)

D. Todd Christofferson, »Hvorfor Kirken« *Liahona*, nov. 2015, s. 108-111

Robert D. Hales, »Forberedelser til genoprettelsen og det andet komme: »Min hånd skal være over dig««, *Liahona*, nov. 2005, s. 88-92

»Frafald«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 48-49

»Evangeliets gengivelse«, *Tro mod sandheden*, s. 26-30

*Forkynd mit evangelium*, 2005, s. 35-38, 45

Video: »En søgen efter sandheden«

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed en ung mand om at fortælle, hvordan noget, han lærte sidste uge, påvirkede ham derhjemme, i skolen eller sammen med venner.
- Benyt en genstand til at undervise de unge mænd om behovet for genoprettelsen (såsom noget, der er gået i stykker og ikke kan repareres, men må udskiftes). Hvilke andre genstande kan de unge mænd tænke på, som man kan benytte til at undervise andre om behovet for genoprettelsen?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvorfor det var nødvendigt med en gengivelse af evangeliet. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at kigge i ældste D. Todd Christoffersons tale »Hvorfor Kirken« og se efter indsigter om genoprettelsen og Kirkens rolle i de sidste dage. Du kan også på forhånd bede flere af de unge mænd om at forberede sig på at fortælle, hvorfor de er taknemlige for den genoprettede kirke. Med tilladelse fra biskoppen kan du også invitere et nyligt døbt medlem ind i jeres klasse, så vedkommende kan bære sit vidnesbyrd om Kirken og det gengivne evangelium.
- Bed et kvorumsmedlem om at undervise en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan fra Pligt mod Gud om at lære og undervise om frafaldet og genoprettelsen (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42, eller 66).
- Vis videoen »En søgen efter sandheden«, og bed de unge mænd om at finde ud af, hvad Wilford Woodruff ledte efter i den sande kirke. Hvorfor er det vigtigt at have disse ting? Hvordan har gengivelsen af disse ting været til velsignelse for de unge mænd? Lad dem fortælle om andre ting ved Wilford Woodruffs søgen efter sandhed, der gør indtryk på dem.
- Del kvorummet op i to, og bed den ene gruppe om at undervise kvorummet om, hvordan Jesus Kristus grundlagde sin kirke, og hvordan den gik tabt under frafaldet. Bed den anden gruppe om at undervise om genoprettelsen. Giv dem tid til at forberede sig, og lad dem benytte sig af *Forkynd mit evangelium* (s. 35-38 og 45), *Tro mod sandheden* (s. 26-30 og 48-49) og de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg. Du kan eventuelt uddele disse opgaver et par dage i forvejen.
- Giv hver af de unge mænd et skriftsted om frafaldet eller genoprettelsen (såsom dem, der er foreslået i dette oplæg). Bed de unge mænd om

## Undervisningstip

»Du kan vise, at du lytter ved at vise interesse. Du kan se på den, der taler, i stedet for at se på stoffet til din lektion eller andre ting i lokalet. Du kan motivere den, der taler, til at gøre sine kommentarer færdig uden afbrydelser. Du kan undgå at bryde for tidligt ind i samtaler med råd eller meninger« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 66).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren anvendte skrifterne til at undervise og vidne om sin mission. Han lærte folk selv at tænke over skrifterne og anvende dem til at finde svar på egne spørgsmål. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at benytte skrifterne til at besvare deres spørgsmål?

at tegne et billede, der viser, hvad de lærer af deres skriftsted, og bed dem fortælle kvorummet om det. Drøft i kvorummet de velsignelser, vi har modtaget på grund af evangeliets gengivelse.

- Giv hver af de unge mænd navnet på en af de personer, der er omtalt i ældste Robert D. Hales' tale

*Bed de unge mænd om at dele, hvad de har lært i dag. Forstår de behovet for en gengivelse af evangeliet? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvorfor gengivelsen var nødvendig, og hvorfor den har betydning for ham.
- Bede andre kvorumsmedlemmer om at fortælle om deres tanker om det, de har lært.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra »Frafald«, Tro mod sandheden, 2005, s. 48-49*

Når enkeltpersoner eller grupper af mennesker vender sig bort fra evangeliets principper, er de faldet fra.

Perioder med almindelig frafald er forekommet igennem verdens historie. Efter tider med retfærdighed er mennesker ofte blevet gudløse. Et eksempel er det store frafald, som indtraf, efter at Frelseren oprettede sin kirke. Efter Frelserens og hans apostles død korrumpere mennesker evangeliets principper og foretog ubemyndigede ændringer i Kirkens organisation og præstedømmeordinancerne. Efter denne omfattende gudløshed trak Herren præstedømmets myndighed tilbage fra jorden.

Under det store frafald levede mennesker uden guddommelig vejledning fra levende profeter. Mange kirker blev oprettet, men de havde ikke præstedømmets magt til at lede folket til den sande viden om Gud Faderen og Jesus Kristus. Dele af de hellige skrifter blev ændret eller gik tabt, og ingen besad myndighed til at overdrage Helligåndens gave eller udføre præstedømmets ordinancer. Dette frafald varede indtil vor himmelske Fader og hans elskede Søn viste sig for Joseph Smith i 1820 og indledte genoprettelsen af evangeliets fylde.

Vi lever nu i en tid, hvor Jesu Kristi evangelium er blevet gengivet. Men ulig kirken i tidligere tider vil Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige ikke blive overvundet af et almindeligt frafald. I skrifterne forkyndes det, at Kirken aldrig igen vil blive ødelagt (se L&P 138:44; se også Dan 2:44).

*Uddrag fra »Evangeliets gengivelse«, Tro mod sandheden, 2005, s. 26-30*

Da Jesus Kristus gik på jorden, oprettede han sin Kirke blandt sine disciple. Efter sin korsfæstelse

og sine apostles død, blev evangeliets fylde taget fra jorden på grund af vidtspredt frafald. Mange mænd og kvinder søgte evangeliets fylde i århundrederne efter det store frafald, men var ikke i stand til at finde det. Selv om mange med oprigtighed forkyndte om Frelseren og hans lærdomme, var der ingen, der havde sandhedens fylde eller præstedømmets myndighed fra Gud.

Det store frafald var en tid for åndelig mørke, men vi lever nu i en tid, hvor vi kan få del i »lyset, der stråler fra evangeliet om Kristi herlighed« (2 Kor 4:4; se også L&P 45:28). Evangeliets fylde er blevet gengivet og Jesu Kristi sande kirke er på jorden igen. Ingen anden organisation kan sammenlignes med den. Den er ikke resultatet af en reformation, hvor velmenende mænd og kvinder gør alt i deres magt for at tilvejebringe en forandring. Det er en genoprettelse af den kirke, som blev oprettet af Jesus Kristus. Den er vor himmelske Faders og hans elskede Søns værk.

Som medlem af Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige kan du modtage velsignelser, som ikke fandtes på jorden i næsten 2000 år. Gennem ordinancerne dåb og bekræftelse kan du modtage tilgivelse for dine synder og nyde Helligåndens konstante fællesskab. Du kan efterleve evangeliet i dets fylde og enkelhed. Du kan opnå en forståelse af Guddommens natur, Jesu Kristi forsoning, formålet med livet på jorden og livets virkelighed efter døden. Du har det privilegium at blive vejledt af levende profeter, som underviser i Guds vilje i vor tid. Ordinancer i templet gør dig i stand til at modtage vejledning og fred, forberede dig til evigt liv, blive beseglet til din familie og tilvejebringe de frelsende ordinancer for dine afdøde forfædre.



## Hvordan blev præstedømmet gengivet?

Præstedømmet blev gengivet til Joseph Smith ved håndspåleggelse af dem, der forud bar det. I maj 1829 gengav Johannes Døber Det Aronske Præstedømme, og kort herefter gengav Peter, Jakob og Johannes, tre af Frelserens oprindelige apostle, Det Melkisedekske Præstedømme. Den 3. april 1836 gengav Moses, profeten Elias og Elias yderligere præstedømmenøgler.

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsont disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad inspirerer dig ved præstedømmets gengivelse?*

Hvordan har du fået et vidnesbyrd om gengivelsen af præstedømmet? Hvordan har dette vidnesbyrd gjort en forskel i din tjeneste i præstedømmet?

Hvad ved de unge mænd om gengivelsen af præstedømmet? Hvilke oplevelser har de haft, som har bidraget til at styrke deres vidnesbyrd om præstedømmets myndighed?

Hebr 5:4; TA 1:5 (En mand må kaldes af Gud for at modtage præstedømmet)

L&P 110 (Moses, profeten Elias og Elias gengav yderligere præstedømmenøgler)

L&P 1:20 (Evangeliet er blevet gengivet, for at enhver må kunne tale i Herrens navn)

David A. Bednar, »Himlens kræfter«, *Liahona*, maj 2012, s. 48-51 (se også videoen »Præstedømmets myndighed og kraft«)

L&P 2 (Profeten Elias skal åbenbare præstedømmet; forjættelser til fæderne bliver plantet i børnenes hjerte)

Jeffrey R. Holland, »Vores tydeligste kendetegn«, *Liahona*, maj 2005, s. 43-45.

L&P 13; JS-H 1:68-72 (Johannes Døber gengav Det Aronske Præstedømme)

Video: »Præstedømmets gengivelse«

L&P 27:12-13 (Peter, Jakob og Johannes gengav Det Melkisedekske Præstedømme)

Video: »Ældste Perry om præstedømmet, del 4: Gengivelsen gør myndigheden tydelig«

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmedlem.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed nogle få af de unge mænd om at skrive en sætning på tavlen, der opsummerer en vigtig sandhed, de lærte sidste uge.
- Hvis det er muligt, så gengiv din myndighedslinje for kvorummet, og forklar, hvad det er (eller lad en ung mand gengive sin). Hvad lærer myndighedslinjen de unge mænd om gengivelsen af præstedømmet? (Bærere af Det Melkisedekske Præstedømme kan anmode om en kopi af deres myndighedslinje ved at sende en e-mail til [lineofauthority@ldschurch.org](mailto:lineofauthority@ldschurch.org)). Overvej at undersøge noget om de personer, der er i myndighedslinjen. Hvad kan I lære, der inspirerer jer til at ære præstedømmets kraft?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe koorumsmedlemmerne til at forstå gengivelsen af præstedømmet. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed et kvoorumsmedlem om at undervise en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan fra Pligt mod Gud om at lære og undervise om gengivelsen af præstedømmet (se »Forstå læresætningen«, side 18, 42 eller 66).
- Vis billeder, der forestiller begivenhederne omkring gengivelsen af præstedømmet (se hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 93-95) eller se videoen »Præstedømmets gengivelse«. Bed de unge mænd om at nævne hovedaktørerne i disse begivenheder (såsom Joseph Smith, Johannes Døber, Elias og så videre). Læs skriftsteder omhandlende disse begivenheder (såsom dem, der er foreslået i dette oplæg), og spørg de unge mænd, hvilke spørgsmål de har. Bed de unge mænd om hver især at fortælle om en måde, hvorpå præstedømmet har været til velsignelse for ham.
- Stil de unge mænd de spørgsmål, som ældste I. Tom Perry besvarer i »Ældste Perry om præstedømmet, del 4: Gengivelsen gør myndigheden tydelig.« Bed de unge mænd om at skrive deres svar på spørgsmålene, inden de ser videoen. Vis dem derpå videoen, og bed dem om at fortælle om yderligere indsigt, de har fået fra ældste Perrys svar. Bed dem om at gengive, hvordan de følte, da de modtog præstedømmet.
- Del ældste Jeffrey R. Hollands tale »Vores tydeligste kendetegn« op til uddeling blandt de unge mænd. Bed de unge mænd om at læse deres afsnit af talen og se efter svar på spørgsmålene: »Hvordan bliver præstedømmet

## Undervisningstip

»Hvis der er flere, som har noget at sige om et emne, kan du sige noget i retning af: »Vi vil høre dig først, og så dig bagefter.« Så vil dem, du underviser, holde sig i ro, fordi de ved, at de vil få mulighed for at sige noget« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 69).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren så sine disciples potentiale og fandt unikke måder, hvorpå han kunne hjælpe dem til at lære og udvikle sig på – måder, der var bedst for dem. Du har en enestående mulighed for at hjælpe de unge mænd til hver især at få et vidnesbyrd om gengivelsen af præstedømmet. Dette vidnesbyrd kan være til velsignelse for dem personligt, deres familie og andre for evigt.

overdraget?» og »Hvorfor bliver præstedømmet givet på denne måde?« Bed som led i denne drøftelse de unge mænd om at læse Hebræerne 5:4 og Trosartiklerne 1:5. Hvorfor er det vigtigt for bærere af Det Aronske Præstedømme at kende til gengivelsen af præstedømmet?

- Vis videoen »Præstedømmets myndighed og kraft«, og drøft de spørgsmål, som ældste David A. Bednars far stiller, i kворummet (eller bed de unge mænd om at læse om denne oplevelse i talen »Himlens kræfter«). Hvordan bør vi være anderledes end andre mænd i verden på grund af, at vi bærer præstedømmet?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en bedre forståelse af gengivelsen af præstedømmet? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om sine følelser omkring gengivelsen af præstedømmet eller opfordre andre til at gøre det samme.
- Invitere kvorumsmedlemmerne til at lave en oversigt, der kan bruges til at undervise andre om gengivelsen af præstedømmet (se *Pligt mod Gud*, s. 18, 42 eller 66).

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra David A. Bednar, »Himlens kræfter«, Liahona, maj 2012, s. 48-51*

Jeg er opdraget i et hjem med en trofast mor og en vidunderlig far. Min mor var efterkommer af pionererne, som ofrede alt for Kirken og Guds rige. Min far var ikke medlem af vores kirke, og som ung havde han næret ønske om at blive præst i den katolske kirke . . .

Som dreng spurgte jeg flere gange om ugen min far, hvornår han skulle døbes. Hver gang, jeg plagede ham, svarede han kærligt, men bestemt: »David, jeg tilslutter mig ikke Kirken for din mors, for din eller for nogen andens skyld. Jeg tilslutter mig Kirken, når jeg ved, det er det rette at gøre.«

Jeg tror, at det var i begyndelsen af mine teenageår, at jeg havde følgende samtale med min far. Vi var lige kommet hjem efter at have været sammen til søndagsmøderne, og jeg spurgte min far, hvornår han skulle døbes. Han smilede og sagde: »Du er den eneste, der altid spørger mig om at blive døbt. I dag har jeg et spørgsmål til dig.« Jeg drog hurtigt og spændt den konklusion, at vi gjorde fremskridt!

Min far fortsatte: »David, din kirke siger, at præstedømmet blev taget fra jorden på et tidspunkt og blev gengivet til Joseph Smith gennem himmelske sendebud, ikke?« Jeg svarede, at det var rigtigt. Så sagde han: »Her er mit spørgsmål. Hver uge hører jeg til præstedømmemødet, hvordan biskoppen eller en anden præstedømmeleder påminder, beder og trygler mændene om at gå på hjemmelærerbesøg og udføre deres præstedømmepligter. Hvis din kirke

virkelig har Guds gengivne præstedømme, hvorfor er der så så mange mænd i din kirke, som ikke adskiller sig fra mændene i min kirke med hensyn til at udføre deres religiøse pligter?« Mit unge sind gik helt i sort. Jeg havde intet passende svar til min far.

Jeg synes, at min far begik en fejl ved at bedømme rigtigheden af Kirkens påstand om at have guddommeligt myndighed ud fra den utilstrækkelighed, han så blandt mændene i vores menighed. Men indlejret i hans spørgsmål lå en korrekt formodning om, at mænd, som bærer Guds hellige præstedømme, bør adskille sig fra andre mænd. Mænd, som bærer præstedømmet, er ikke af natur bedre end andre mænd, men de bør handle anderledes. Mænd, som bærer præstedømmet, bør ikke alene modtage præstedømmets myndighed, men også blive værdige og trofaste kanaler for Guds kraft. »Vær rene, I som bærer Herrens kar« (L&P 38:42).

Jeg har aldrig glemt den lektie om præstedømmets myndighed og kraft, som jeg lærte af min far, en god mand, der ikke delte vores tro, og som forventede mere fra mænd, der hævdede at bære Guds præstedømme. Den samtale den søndag eftermiddag med min far for mange år siden, vækkede et ønske i mig om at være en »god dreng«. Jeg ville ikke være et dårligt eksempel og en hindring for min fars fremgang med hensyn til at lære om det gengivne evangelium. Jeg ville ganske enkelt være en god dreng. Herren har brug for, at alle os, der bærer hans myndighed, er hæderlige, dydige og gode drenge til alle tider og på alle steder.



## Hvilken rolle spillede Joseph Smith i genoprettelsen?

Efter århundreder med frafald genoprettede Herren sin kirke og gengav evangeliet i dets fylde gennem profeten Joseph Smith. Denne genoprettelse begyndte med Josephs første syn, hvor vor himmelske Fader og Jesus Kristus viste sig. Gennem profeten Joseph frembragte Herren Mormons Bog og andre skrifter, gengav præstedømmemyndigheden og grundlagde sin kirke.

### Forbered dig åndeligt

*Hvad føler du dig inspireret til at fortælle de unge mænd, når du bønsonst studerer disse skriftsteder og hjælpeklider?*

2 Ne 3:3-25 (Fordums profeter forudså Joseph Smiths mission som profet og seer)

Neil L. Andersen, »Tro kommer ikke tilfældigt, men ved valg«, *Liahona*, nov. 2015, s. 65-68

L&P 35:17-18 (Herren gengav evangeliet i sin fylde gennem profeten Joseph Smith)

Neil L. Andersen, »Joseph Smith«, *Liahona*, nov. 2014, s. 28-31

L&P 76:22-24 (Joseph Smiths vidnesbyrd om Jesus Kristus)

Lawrence E. Corbridge, »Profeten Joseph Smith«, *Liahona*, maj 2014, s. 103-105.

L&P 135:3 (Herren gav os yderligere skrifter gennem profeten Joseph Smith)

»Joseph Smith«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 77-78

JS-H 1:11-25 (Gud Faderen og Jesus Kristus viser sig for Joseph Smith)

Video: »Joseph Smith: Genoprettelsens profet«

Hvordan er din tilværelse blevet påvirket af Joseph Smiths liv og mission? Hvordan fik du et vidnesbyrd om Joseph Smith?

Har de unge mænd et vidnesbyrd om profeten Joseph Smith? Hvordan kan du hjælpe dem til at styrke det?

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmemeplygter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmede.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed en ung mand om at tegne et billede på tavlen, der symboliserer det, kvorummet lærte sidste uge, og lad de andre unge mænd gætte, hvad han har tegnet.
- Bed måske to eller tre uger før kvorumsmødet de unge mænd om at tage imod ældste Neil L. Andersens udfordring: »Få et personligt vidnesbyrd om profeten Joseph Smith. Lad jeres røst være med til at opfylde Moronis profetiske ord om at tale godt om

profeten.« Tilskynd de unge mænd til at følge ældste Andersens råd om at fortælle deres venner og familie om skriftsteder i Mormons Bog, »idet I anerkender, at Joseph var et redskab i Guds hænder,« og til at læse profetens vidnesbyrd (se »Joseph Smith«, *Liahona*, nov. 2014, s. 30). Bed dem ved begyndelsen af kvorumsmødet om at fortælle om de skriftsteder, de valgte, og de indtryk, de fik, mens de læste Joseph Smiths vidnesbyrd.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå Joseph Smiths rolle i genoprettelsen. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed medlemmerne af kvorummet om at forestille sig, at en ven fra en anden trosretning spørger: »Hvorfor er Joseph Smith så vigtig i jeres kirke?« Bed dem om at se efter mulige svar på dette spørgsmål i videoen »Joseph Smith: Genoprettelsens profet« eller i ældste Lawrence E. Corbridges tale »Profeten Joseph Smith«. I kunne også læse afsnittet, der hedder »Oprigtige spørgsmål« fra ældste Neil L. Andersens tale »Tro komme ikke tilfældigt, men ved valg« for at hjælpe dem til at lære, hvordan de kan reagere på kritik om Joseph Smith.

- Bed medlemmerne af kvorummet om at lave en liste over de ting, som Herren gav os gennem Joseph Smith. For at få ideer til, hvad de kan føje til deres liste, så bed dem om at læse Lære og Pagter 135:3 og side 77-78 i *Tro mod sandheden*. Hvordan er vores liv anderledes på grund af det værk, Herren udførte gennem Joseph Smith?
- Bed de unge mænd om at læse JS-H 1:7-20, og se efter sandheder, som Joseph Smith lærte ved det første syn. Hvad lærte Joseph Smith om vor himmelske Fader og Jesus Kristus? Om sig selv? Om modstanderen? Hvorfor

## Undervisningstip

»Spørgsmål, der er skrevet på tavlen, inden klassen begynder, vil hjælpe eleverne med at tænke på ting, inden lektionen begynder« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 93).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede mennesker til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. I sin undervisning fokuserede han på at hjælpe sine disciple til at efterleve evangeliet af hele deres hjerte. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at se, hvordan deres vidnesbyrd om Joseph Smith bør genspejle sig i deres hverdag?

er disse sandheder vigtige for os at forstå i dag?

- Vis videoen »Joseph Smith: Genoprettelsens profet«, og bed de unge mænd om at fortælle om noget, de

lærte, eller noget ved profeten Joseph Smith, der gjorde indtryk på dem. Overvej at fortælle, hvordan du modtog dit vidnesbyrd om, at Joseph Smith var en profet.

*Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de har lært i dag. Forstår de Joseph Smiths rolle i gengivelsen af evangeliet? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om sine følelser omkring, hvorfor Joseph Smith er vigtig i hans tilværelse og opfordre andre kvorumsmedlemmer til at gøre det samme.
- Sammen med kvorummet drøfte deres præstedømmepligt om at undervise andre om Joseph Smiths mission.

# Udvalgte materialer

---

»Joseph Smith«, Tro mod sandheden, 2005, s. 77-78

I foråret 1820 søgte den 14-årige Joseph Smith efter den sande Jesu Kristi Kirke, da han læste et skriftsted i Bibelen: »Men hvis nogen af jer står tilbage i visdom, skal han bede om at få den af Gud, som giver alle rundhåndet og uden bebrejdelser, og så vil han få den« (Jak 1:5; se også JS-H 1:11-12). Med sin enkle og aldrig vaklende tro fulgte den unge Joseph rådet i dette skriftsted. Han gik alene til en lund, hvor han bad for at få at vide, hvilken kirke han skulle slutte sig til. Som svar på hans bøn viste Gud Faderen og Jesus Kristus sig for ham. De fortalte ham bl.a. at han ikke skulle slutte sig til nogen af de eksisterende kirker (se JS-H 1:13-20).

Efterhånden som Joseph Smith viste sin værdighed, blev han givet en hellig mission som Guds profet. Gennem ham udførte Herren et stort og vidunderligt værk, som omfatter fremkomsten af Mormons

Bog, gengivelsen af præstedømmet, åbenbaring af dyrebare evangeliske sandheder, organiseringen af Jesu Kristi sande Kirke og indførelsen af tempeltjeneste. Den 27. juni 1844 blev han sammen med sin bror Hyrum dræbt ved et angreb fra en bevæbnet hob. De besejlede deres vidnesbyrd med deres blod.

For at dit vidnesbyrd om det gengivne evangelium kan være komplet, må det omfatte et vidnesbyrd om Joseph Smiths guddommelige mission. Sandheden af Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige hviler på sandheden af det første syn og de øvrige åbenbaringer, som Herren gav til profeten Joseph. Præsident John Taylor, Kirkens tredje præsident skrev: »Joseph Smith, Herrens profet og seer, har gjort mere, Jesus alene undtaget, for menneskenes frelse i denne verden end nogen anden, der nogen sinde har levet i den« (L&P 135:3).



## Hvorfor er det første syn betydningsfuldt?

I foråret 1820 viste Gud Faderen og hans søn, Jesus Kristus, sig for profeten Joseph Smith. Dette syn, der markerede begyndelsen på evangeliets gengivelse, er den vigtigste begivenhed siden Jesu Kristi opstandelse. Joseph Smiths ydmyge bøn førte til gengivelsen af evangeliske sandheder, præstedømmemyndigheden og frelsende ordinancer. »En åbenbaring besvarer alle spørgsmål ... vedrørende Gud og hans guddommelige personlighed ... Hans interesse for menneskeheden gennem den myndighed, der er delegeret til mennesket, er tydelig. Værkets fremtid er sikret. Disse og andre herlige sandheder bliver forklaret ved dette første herlige besøg« (Kirkens præsidenters lærdomme: David O. McKay, 2003, s. 93).

Hvordan fik du et vidnesbyrd om, at Joseph Smith så Gud Faderen og hans søn, Jesus Kristus? Hvordan er din tilværelse blevet velsignet på grund af dette vidnesbyrd? Hvilken betydning har det første syn for dig?

Hvordan kan et studium af det første syn styrke vidnesbyrdet hos de unge mænd i dit kворum? Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at forstå betydningen af denne stor-slåede begivenhed?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Forbered dig åndeligt

Studer bønsmøt disse skriftsteder, hjælpeklider og andre ressourcer, du vælger, mens du forbereder dig. Hvad føler du vil være af størst betydning for de unge mænd, du underviser?

JS-H 1:11-19, 24-25

Video: »Genoprettelsen«

Dieter F. Uchtdorf, »Frugterne af det første syn«, *Liahona*, maj 2005, s. 36-38

---

### Lad de unge mænd lede

Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmemeplygter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmedlem.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Giv hvert kворumsmedlem mulighed for at nævne en ting, som han husker fra sidste uges lektion.
- Syng sammen i kvorummet »Joseph Smiths første bøn« (*Salmer og sange*, nr. 18). Lad de unge mænd fortælle om deres følelser omkring Joseph Smith og hans oplevelse, hvor han så og talte med Gud Faderen og Jesus Kristus.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære om Joseph Smiths første syn. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at nedskrive nogle af de velsignelser, de har modtaget på grund af det første syn. Bed dem om at se efter andre velsignelser ved det første syn, når de læser de sidste 10 afsnit af præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »Frugterne af det første syn«. Lad dem fortælle, hvad de finder frem til, og hvad de føler omkring betydningen af det første syn.
- Lad de unge mænd på egen hånd læse og grunde over Joseph Smiths første syn og hans vidnesbyrd i Joseph Smith-Historie 1:11-19, 24-25 (eller se videoen »Genoprettelsen«). Bed dem om at overveje, hvorfor det første syn er en betydningsfuld del af verdenshistorien. Hvorfor er det vigtigt for os personligt? Bær dit vidnesbyrd om betydningen af det første syn, og bed de unge mænd om at fortælle om deres tanker og vidnesbyrd.
- Læs sammen i kvorummet om Joseph Smiths første syn i Joseph Smith-Historie 1:7-20. Bed de unge mænd om at finde sandheder, som vi lærer af Josephs oplevelse (for eksempel at Faderen og sønnen er virkelige, særskilte væsener; Satan og hans magt er virkelig, men Guds magt er større; Gud hører og besvarer bønner; åbenbaring er ikke ophørt). Lad en ung mand nedskrive disse sandheder på tavlen. Hvordan adskiller disse sandheder sig fra det, andre religioner tror på? Hvordan ville vores liv være anderledes, hvis vi ikke vidste disse ting?
- Bed de unge mænd om at gennemgå beretninger fra skriften, hvor Gud Faderen og Jesus Kristus viser sig for mennesker på jorden (såsom Matt 3:13-17; ApG 7:54-60; 3 Ne 11:3-10). Du kan også vise billeder af disse begivenheder (se hæftet *Evangelisk Kunst*, nr. 35, 63 og 82). Bed dem om at opsummere hver beretning. Lad dem derefter læse Joseph Smith-Historie 1:17 (Se hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 90). Hvad er ligheden

## Undervisningstip

»Spørg dem, som du underviser, om hvad de vil sige, hvis nogen ønsker at vide, hvad de har lært af lektionen« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 94).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren inviterede sine tilhængere til at vidne for andre om sandheden af sine lærdomme. Når de gjorde dette, rørte Ånden deres hjerte. Hvordan kan du opmuntre de unge mænd til at bære vidnesbyrd for hinanden?

mellem Joseph Smiths første syn og de andre gange, hvor Gud Faderen og Jesus Kristus viste sig? Hvordan var

det noget helt særligt? Bed de unge mænd om at fortælle, hvorfor det første syn er vigtigt for dem.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en bedre forståelse af Joseph Smiths første syn? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om sine følelser omkring betydningen af det første syn.
- Invitere kvorumsmedlemmerne til at fortælle en ven eller familiemedlem om det, de har lært i dag.



# Hvorfor har vi brug for Mormons Bog?

Mormons Bog blevet skrevet til vor tid. Den vidner om Jesus Kristus, indeholder hans evangeliums fylde og gengiver sandheder, der var gået tabt under frafaldet. Joseph Smith belærte, at Mormons Bog er »vor religions slutsten, og at et menneske ville komme Gud nærmere ved at efterleve forskrifterne i den end i nogen anden bog« (Indledning til Mormons Bog).

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at føle kraften i Mormons Bog?*

1 Ne 13:40; 2 Ne 3:12 (Mormons Bog gengiver værdifulde sandheder og gendriver falsk lære)

2 Ne 25:23, 26; 33:10-11 (Mormons Bogs forfattere vidner om Jesus Kristus)

2 Ne 29:7-11 (Mormons Bog viser, at Gud taler til sine børn blandt mange folkeslag)

L&P 20:8-16; 42:12 (Mormons Bog indeholder Jesu Kristi evangelium i dets fylde)

Mormons Bogs Titelblad og Indledning

Kevin W. Pearson, »Bliv ved træet«, *Liahona*, maj 2015, s. 114-116

Jeffrey R. Holland, »Sikkerhed for sjælen«, *Liahona*, nov. 2009, s. 88-90

Tad R. Callister »Mormons Bog – En bog fra Gud«, *Liahona*, nov. 2011, s. 74-76

Video: »Mormons bog: En apostels introduktion«

Tænk over oplevelser, du har haft, når du har studeret Mormons Bog. Hvorfor er Mormons Bog betydningsfuld for dig?

Hvordan bliver de unge mænds tilværelse påvirket af Mormons Bog? Hvad kan de unge mænd gøre for at styrke deres vidnesbyrd om Mormons Bog? Hvordan kan Mormons Bog hjælpe dem til at håndtere udfordringer her i vor tid?

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorumsmedlem.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed flere af de unge mænd om at fortælle, hvad der gjorde det største indtryk på dem ved sidste uges lektion.
- Byg eller tegn sammen i kvorrummet en muret bue (se *Forkynd*

*mit evangelium*, s. 103). Bed de unge mænd om at forklare, hvorfor Joseph Smith sagde, at Mormons Bog er vor religions slutsten (se Indledningen til Mormons Bog).

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå betydningen af Mormons Bog. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed medlemmerne kvorummet om at kigge i ældste Jeffrey R. Hollands tale »Sikkerhed for sjælen« eller ældste Kevin W. Pearsons tale »Bliv ved træet« og se efter indsigter om Mormons Bog, og hvorfor den er så vigtig. Du kan bede de unge mænd om at fortælle om nogle citater fra talen eller nogle yndlingsskriftsteder i Mormons Bog. Du kan også opfordre dem til at skrive deres vidnesbyrd om Mormons Bog ned og bære det for andre.
- Bed de unge mænd om hver især at læse et af de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg, eller titelbladet til Mormons Bog for at finde svar på spørgsmålet: »Hvorfor har vi brug for Mormons Bog?« Lad de unge mænd skrive deres svar på tavlen. Bed dem om at vælge et af svarene på tavlen, som de gerne vil lære mere om og fortælle, hvad de valgte.

- Bed de unge mænd om at tænke på spørgsmål, som deres venner kunne have om Mormons Bog. Hvordan kan de besvare dem? Hvad kan de fortælle om fra ældste Tad R. Callisters tale »Mormons Bog – En bog fra Gud«? Bed kvorumsmedlemmerne om at lave et rollespil, hvor de indbyder en ven til at læse Mormons Bog. Hvordan vil de forklare, hvad Mormons Bog er, og hvorfor vi har brug for den? Hvilke vers fra Mormons Bog ville de fortælle om? Hvordan ville de forklare, at Mormons Bog er endnu et vidne om Jesus Kristus? Overvej at foreslå de unge mænd at åbne deres *Pligt mod Gud* hæfte på side 29, 53 eller 77 og skrive navnet på en person, de kunne invitere til at læse Mormons Bog.
- Bed de unge mænd om hver især at finde et skriftsted i Mormons Bog, der har betydning for ham eller har

### Undervisningstip

»Når en person læser højt, bør du opfordre de andre til at følge med i deres skrifter. Bed dem om at lytte eller se efter bestemte principper eller begreber. Giv dem tid til at slå op på hvert skriftsted, inden det læses. Hvis skriftstedet indeholder sjældne eller svære ord eller sætninger, så forklar dem, inden skriftstedet læses. Hvis der er nogen i klassen, som har svært ved at læse, så bed nogle frivillige om det i stedet for at lade eleverne skiftes« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 56).

påvirket hans liv. Del kvorummet op i mindre grupper med to eller tre i hver, og bed de unge mænd om hver især at fortælle om det skriftsted, de har valgt, hvorfor det er vigtigt for dem, og eventuelle oplevelser de har haft med det skriftsted. Bed nogle få unge mænd om at fortælle det til hele kvorummet. Hvad lærer disse oplevelser os om betydningen af Mormons Bog?

*Bed de unge mænd om at gengive det, de har lært i dag. Forstår de, hvorfor Mormons Bog er betydningsfuld? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

- Vis videoen »Mormons Bog: En apostels introduktion«, og bed kvorumsmedlemmerne om at skrive svar på spørgsmålet, »Hvorfor har vi brug for Mormons Bog?« mens de ser filmen. Bed dem om at fortælle, hvad de har skrevet. Hvordan ville deres tilværelse være anderledes, hvis de ikke havde Mormons Bog?

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede mennesker til at handle i tro for at lære evangeliets sandheder at kende. Han belærte os: »Bed, og I skal få« (Joh 16:24). Hvordan kan du opfordre de unge mænd til at følge dette mønster, når de søger efter at få eller styrke deres vidnesbyrd om Mormons Bog? (se Moro 10:3-5).

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Lade nogle få unge mænd bære deres vidnesbyrd om, hvorfor vi har brug for Mormons Bog og forklare, hvordan de fandt ud af, at den er sand.
- Uddele flere eksemplarer af Mormons Bog og lade hvert kvorumsmedlem skrive sit vidnesbyrd forrest og give bogen til nogen.



# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Tad R. Callister, »Mormons Bog – en bog fra Gud«, Liahona, nov. 2011, s. 74-76*

Men hvorfor er Mormons Bog så afgørende, hvis vi allerede har Bibelen til at lære os om Jesus Kristus? Har I nogensinde undret jer over, hvorfor der er så mange kristne kirker i verden i dag, når de i bund og grund får deres lære fra den samme Bibel? Det er, fordi de fortolker Bibelen på forskellig vis. Hvis de fortolkede den på samme måde, ville de være den samme kirke. Det er ikke en situation, Herren ønsker, for apostlen Paulus sagde, at der er »én Herre, én tro, én dåb« (Ef 4:5). For at bringe denne enhed i stand har Herren indstiftet en guddommelig lov om vidner. Paulus har sagt: »På to eller tre vidners udsagn skal enhver sag afgøres« (2 Kor 13:1).

Bibelen er ét vidnesbyrd om Jesus Kristus, Mormons Bog er et andet. Hvorfor er dette andet vidnesbyrd så afgørende? Følgende illustration kan være en hjælp: Hvor mange lige streger kan man tegne gennem en enkelt prik på et stykke papir? Svaret er uendeligt mange. Lad os et øjeblik antage, at prikken repræsenterer Bibelen, og at hundredvis af disse lige streger gennem denne prik repræsenterer forskellige fortolkninger af Bibelen, og at hver af disse fortolkninger repræsenterer en kirke.

Hvad sker der imidlertid, hvis der på dette stykke papir er en anden prik, der repræsenterer Mormons

Bog? Hvor mange lige linjer kan man tegne mellem disse to prikker: Bibelen og Mormons Bog? Kun én. Kun én fortolkning af Kristi lære overlever disse to vidners vidnesbyrd.

Om og om igen optræder Mormons Bog som et bekræftende, forklarende og forenende vidnesbyrd om de læresætninger, som Bibelen indeholder, så der kun er »én Herre, én tro, én dåb«. Fx er nogle mennesker forvirrede over, om dåb er væsentlig for frelse på trods af, at Frelseren forklarede Nikodemus: »Den, der ikke bliver født af vand og ånd, kan ikke komme ind i Guds rige« (Joh 3:5). Men Mormons Bog fjerner al tvivl om dette emne: »Og han befaler alle mennesker, at de skal omvende sig og blive døbt i hans navn . . . ellers kan de ikke blive frelst i Guds rige« (2 Ne 9:23).

Der findes adskillige dåbsmetoder i verden i dag, skønt Bibelen fortæller os den måde, hvorpå Frelseren, vores store forbillede, blev døbt: »[Han] steg straks op fra vandet« (Matt 3:16). Kunne han være kommet op af vandet, medmindre han først var gået ned i vandet? For at der ikke skal være nogen uoverensstemmelse over det emne, fordriver Mormons Bog den med denne ligefremme udtalelse angående læren med hensyn til den rette dåbsmetode: »Og så skal I sænke dem ned i vandet« (3 Ne 11:26).

# Maj: Profeter og åbenbaring

»Vi tror på alt, hvad Gud har åbenbaret, alt, hvad han nu åbenbarer, og vi tror, at han endnu vil åbenbare mange store og vigtige ting angående Guds rige« (TA 1:9).

Oplæggene i denne måneds emne vil hjælpe de unge mænd til hver især at lære at genkende Herrens røst, når han taler til dem gennem skrifterne, de levende profeter og apostle og gennem personlig åbenbaring fra Helligånden til deres hjerte og sind. Skrifterne indeholder befalingen til præstedømmebærere om at »give flittigt agt på det evige livs ord« og »leve efter hvert ord, som udgår af Guds mund« (L&P 84:43-44). I denne måneds emne kan du hjælpe medlemmerne af dit kvorum til at adlyde dette råd ved at indgyde en kærlighed til Guds ord.

For at integrere Pligt mod Gud i søndagens kvorumsmøder, kan du denne måned overveje at undervise i Pligt mod Gud-oplægget herunder.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvorfor er det vigtigt at studere skrifterne? (Pligt mod Gud)*

*Hvorfor er det vigtigt at lytte til og følge de levende profeter?*

*Hvordan modtager jeg personlig åbenbaring?*

*Hvordan kan jeg gøre mine bønner mere meningsfulde?*

*Hvordan kan jeg styrke mit vidnesbyrd?*

*Hvad har præsident Monson lært bærere af Det Aronske Præstedømme?*

*Hvordan kan en patriarkalsk velsignelse hjælpe mig?*

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvælg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

Bed og studér skriften, s. 14-15, 38-39, 62-63

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68



## PLIGT MOD GUD

# Hvorfor er det vigtigt at studere skrifterne?

Skrifterne indeholder Guds ord. Profeterne i de sidste dage råder os til at studere skrifterne hver dag, både på egen hånd og med vores familie. Studium af skrifterne kan hjælpe os til at lære vor himmelske Fader og Jesus Kristus bedre at kende, give os styrke til at modstå fristelse og styrke os i vore udfordringer.

Hvordan har skriftstudium været en velsignelse i dit liv? Hvilke oplevelser kan du fortælle de unge mænd om?

Hvilke vers fra skrifterne tror du, der kunne være betydningsfulde for de unge mænd i dit kvorum? Hvad kan du gøre for at hjælpe de unge mænd til at gøre deres skriftstudium mere meningsfuldt og effektivt?

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklender. Hvad føler du vil hjælpe de unge mænd til at forstå vigtigheden af at studere skrifterne?*

Jos 1:8; Sl 119:105; 2 Tim 3:16-17; 1 Ne 15:24; 2 Ne 32:3; Alma 17:2-3; Hel 3:29-30; L&P 18:33-36; 21:4-6; 84:85 (Velsignelser ved at studere skriften)

*Udførelse af min Pligt mod Gud*, 2010, s. 14-15, 38-39, 62-63

Boyd K. Packer, »Nøglen til åndelig beskyttelse«, *Liahona*, nov. 2013

Richard G. Scott, »Skrifternes styrke«, *Liahona*, nov. 2011, s. 6-8

D. Todd Christofferson, »Velsignelserne ved skriften«, *Liahona*, maj 2010, s. 32-35

»Skrifter«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 135-139

Videoer: »Udførelse af din pligt mod Gud«, »Mormons Bog: Budskaber fra himlen«, »Daglige brød: Mønster«

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvoorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorumsmede.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Bed de unge mænd om at tænke på en genstand, der kunne repræsentere det, de lærte og talte om i sidste uge. Bed dem om at forklare, hvad forbindelsen er mellem genstanden og det, de lærte.
- Lad de unge mænd enten parvis eller for hele kvorummet fortælle om et af deres yndlingsskriftsteder. Bed dem om også at fortælle om en oplevelse, de har haft, som gjorde, at dette skriftsted gav mening for dem. Hvad lærer de unge mænd af disse oplevelser om vigtigheden af skrifterne?

---

## Lær sammen

*Formålet med denne lektion er at hjælpe de unge mænd til hver især at lave en plan for at tillægge sig eller styrke en vane med at studere regelmæssigt i skriften. Giv de unge mænd tid under kvorumsmødet til at nedskrive deres plan i Pligt mod Gud-hæfte. Lad dem fortælle hinanden om deres planer, og bed dem ved et kommende kvorumsmøde om at gengive de oplevelser, de har haft, når de har udført deres planer.*

- Bed de unge mænd om at slå op i deres *Pligt mod Gud*-hæfter på side 14 eller 38. Tildel hvert kvorumsmedlem en af skriftstedshenvisningerne fra disse sider (se også de skriftsteder, der er nævnt i dette oplæg). Lad kvorumsmedlemmerne lede efter og fortælle om ord, der beskriver, hvordan vores tilgang til skriftstudium bør bære, og de velsignelser, der kommer, når vi studerer skrifterne. Bed dem om at lægge planer for at tillægge sig eller styrke en vane med at studere skriften regelmæssigt (se *Pligt mod Gud*, s. 15, 39 eller 63).
- Bed de unge mænd om hver især at overveje et af følgende spørgsmål: Hvordan bliver min evne til at holde befalingerne påvirket af skriftstudium? Hvordan påvirker skriftstudium mit forhold til min familie? Hvordan påvirker skriftstudium mit forhold til Gud? Bed de unge mænd om at fortælle kvorummet om deres tanker (se *Pligt mod Gud*, s. 62). Bed dem om at slå op på side 15, 39 eller 63 i deres *Pligt mod Gud*-hæfter og nedskrive deres planer om at forbedre deres personlige skriftstudium.
- Bed kvorumsmedlemmerne om at læse dele af en af de taler, der er foreslået i dette oplæg. Bed dem om at fortælle, hvad de lærer om skrifterne og om velsignelserne ved skriftstudium. Hvornår har de set kraften ved skriftstudium i deres egen tilværelse?
- Bed de unge mænd om at se en af de videoer, der er foreslået i dette

### Undervisningstip

»Ånden skal være til stede, for at et evangelisk budskab kan nå ind til hjertet hos dem, som du underviser (se 2 Ne 33:1; L&P 42:14). Du bør derfor anvende metoder, som vil angive den rette tone i lektionen og indbyde Ånden« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 91)

oplæg, eller at læse »Vigtigheden af dagligt studium af skrifterne« fra *Tro mod sandheden* (s. 135-136). Bed dem om at se efter svar på spørgsmålet: »Hvorfor er det vigtigt, at jeg studerer skrifterne?« Bed dem fortælle om, hvad de har fundet frem til. Lad et par unge mænd fortælle, hvordan de studerer skrifterne. Overvej med

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvorfor det er vigtigt at studere skrifterne? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle kvorummet om sin egen skriftstudieplan.
- Forklare, at de næste par uger vil kvorumsmedlemmerne i løbet af kvorumsmødet blive bedt om at fortælle om et skriftsted, som de har læst i løbet af ugen, og forklare, hvorfor det har betydning for dem.

biskoppens tilladelse at invitere en far eller et andet medlem af menigheden til kort at fortælle, hvordan vedkommende studerer skrifterne.

- Bed de unge mænd om at vælge en af studieaktiviteterne på s. 25-27 i *Forkynd mit evangelium* og udføre den enten på egen hånd eller parvis.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren anvendte skrifterne til at undervise og vidne om sin mission. Han lærte folk selv at tænke over skrifterne og anvende dem til at finde svar på deres egne spørgsmål. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at benytte skrifterne til at finde svar på deres spørgsmål?

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra »Skrifter«, Tro mod sandheden, 2005, s. 135-139*

## **Vigtigheden af dagligt studium af skrifterne**

Hovedformålet med skrifterne er at vidne om Kristus, hjælpe os med at komme til ham og modtage evigt liv (se Joh 5:39; 20:31; 1 Ne 6:4; Mosi 13:33-35). Profeten Mormon vidnede:

»Hver den, der vil, kan gribe fat i Guds ord, som er levende og virksomt, som skal sønderdele al Djævelens snedighed og alle hans snarer og rænker og lede Kristi menneske ad en snæver og trang vej over den evigtvarende elendigheds kløft, som er beredt til at opsluge de ugudelige -

og anbringe deres sjæl, ja, deres udødelige sjæl ved Guds højre hånd i Himmeriget, så de kan sætte sig sammen med Abraham og Isak og med Jakob og med alle vore hellige fædre og ikke mere at gå ud derfra« (Hel 3:29-30).

De sidste dages profeter råder os til at studere skrifterne dagligt, både individuelt og sammen med vores familie. De opfordrer os til, sådan som Nefi opfordrede sine brødre, at anvende skrifterne på os selv og finde måder, hvorpå vi kan anvende de hellige fordums beretninger i vores liv i dag (se 1 Ne 19:23-24). De formaner os at »granske ... Skrifterne« (Joh 5:39) og mætte »[os] med Kristi ord« (2 Ne 32:3).

Du vil få stor gavn af at følge dette råd. Dagligt, meningsfyldt studium af skriften vil hjælpe dig med at være modtagelig for Helligåndens tilskyndelser. Det opbygger din tro, styrker dig mod fristelse og hjælper dig med at komme nærmere til din himmelske Fader og hans elskede Søn.

Lav en plan for dit personlige studium af skrifterne. Overvej at afsætte en vis tid hver dag til at studere skrifterne. Læs omhyggeligt i dette tidsforløb og vær opmærksom på Åndens tilskyndelser. Bed din himmelske Fader om at hjælpe dig med at vide, hvad han ønsker, at du skal lære og gøre.

Fortsæt med at læse i skrifterne og især Mormons Bog hele dit liv. Du vil genopdage skriftens skatte gang på gang og finde ny mening og anvendelse i dem, efterhånden som du studerer i forskellige stadier i dit liv.

Hvis du er gift, så afsæt tid hver dag til at læse i skrifterne sammen som familie. Denne indsats kan være vanskelig, men den vil give vidunderlige og evige resultater. Planlæg under vejledning fra Ånden læsning fra skrifterne, som vil imødekomme din families behov. Vær ikke bange for at læse i skrifterne sammen med små børn. Disse hellige optegnelser sprog har magt til at røre selv de mindste.



# Hvorfor er det vigtigt at lytte til og følge de levende profeter?

Vi opretholder medlemmerne af Det Første Præsidentskab og De Tolv Apostles Kvorum som profeter, seere og åbenbarere. Deres belæringer afspejler Herrens vilje. De giver os vejledning, advarsler og råd fra Herren til vor tid. Vi bliver velsignet med tryghed, fred og åndelig styrke, når vi lytter til og følger deres råd.

---

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du dig tilskyndet til at fortælle de unge mænd om?*

Am 3:7; L&P 1:4, 37-38; Moses 6:26-38 (Herren taler til os gennem sine profeter)

David A. Bednar, »Udvalgt til at aflægge vidnesbyrd om mit navn«, *Liahona*, nov. 2015, s. 128-131

L&P 21:1, 4-7 (Herren lover store velsignelser til dem, der følger profeten)

M. Russell Ballard, »Bliv i båden og hold fast!«, *Liahona*, nov. 2014, s. 89-92

Ronald A. Rasband, »Stå sammen med Kirkens ledere«, *Liahona*, maj 2016, s. 46-49

Carol F. McConkie, »Lev i overensstemmelse med profeternes ord«, *Liahona*, nov. 2014, s. 77-79

Video: »Vægtene i tårnet«

Hvilket råd, som de levende profeter har givet, har du anvendt i din tilværelse? Hvordan er du blevet velsignet for at følge det råd?

Hvorfor er det vigtigt for de unge mænd i dit kvorum, at de har et vidnesbyrd om de levende profeter? Hvordan kan du hjælpe dem til at se, hvilket privilegium det er at have levende profeter til at lede dem i dag?

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmede.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Vælg et nøgleord fra sidste uges lektion, og lad et kvorumsm medlem tegne et billede af det, mens de andre kvorumsm medlemmer forsøger at gætte ordet. Bed kvorummet om at forklare, hvorfor det ord var vigtigt i sidste uges lektion.
- Vis billeder af Det Første Præsidentskab og De Tolv Apostles

Kvorum (såsom de, der er i konferenceudgaven af *Liahona*). Bær dit vidnesbyrd om, at alle disse mænd er profeter, seere og åbenbarere. Hvilke budskaber fra et medlem af Det Første Præsidentskab eller De Tolv Kvorum kan de unge mænd huske at have hørt?

## Undervisningstip

»Vi bør studere skrifterne, de sidste dages profeters lærdomme og lektionsmaterialerne grundigt for at sikre os, at vi forstår læren korrekt, inden vi underviser i den« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 52).

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsm medlemmerne til at forstå betydningen af at følge de levende profeter. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Tildel et af de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg, til hver af de unge mænd, og bed dem om at se efter grunde til, at vi har brug for en profet, og de velsignelser, der kommer af at følge profeten. Bed dem om at fortælle om deres tanker.
- Læs den del af ældste Ballards tale, hvor han sammenligner den levende profet til en river rafting-guide, og lav en liste over måder, hvorpå en river rafting-guide kan sammenlignes med en profet. Bed kvorummet om at tænke på og fortælle om andre analogier, som de kunne bruge til at undervise andre i, hvorfor det er vigtigt at følge profeter og apostle.
- Fortæl klassen følgende udtalelse fra søster Carol F. McConkies tale »Lev i overensstemmelse med

profeternes ord«: »Det kan i forhold til verdens standarder være upopulært, politisk ukorrekt eller socialt uacceptabelt at følge profeten, men det er altid rigtigt at følge profeten« (*Liahona*, nov. 2014, s. 78). Nævn nogle grunde mennesker giver for ikke at følge profeten. Bed kvorummet om at gennemse resten af søster McConkies tale og se efter noget, som de kan sige til andre, der forsøger at få dem til ikke at følge profeten. Bed dem fortælle, hvad de har fundet frem til.

- Bed kvorumsm medlemmerne om at forestille sig, at en ven fra en anden trosretning spørger dem: »Hvorfor har I en profet?« »Hvordan er jeres profet?« eller »Hvad har profeten sagt til jer?« Hvad ville de unge mænd svare?

- Vis videoen »Vægtere i tårnet« eller læs sammen dele af ældste David A. Bednars tale »Udvalgt til at aflægge vidnesbyrd om mit navn« eller ældste Ronald A. Rasbands tale »Stå sammen med Kirkens ledere«. Lad de unge mænd fortælle, hvad de lærer om vigtigheden af at følge profeten. Gennemgå sammen med dem titlerne på præsident Thomas S. Monsons seneste generalkonferencetaler, og drøft, hvad profeten advarer os om i dag.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvorfor det er vigtigt at lytte til og følge de levende profeter? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad det betyder for ham at kende til og følge de levende profeter.
- Bede kvorumsmedlemmerne om at fortælle om oplevelser, hvor de har fulgt profeten, og hvordan det har påvirket deres tilværelse.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stillede spørgsmål til dem, han underviste, og gav dem mulighed for at stille deres egne spørgsmål. Hvilke spørgsmål kan du stille, som vil hjælpe de unge mænd til, at de levende profeter får større betydning for dem? Hvordan kan du vise, at du er interesseret i deres svar?

## Tilhørende aktiviteter for unge

Planlæg en GUF-aktivitet, der vil hjælpe de unge mænd til at anvende det, de har lært i denne lektion.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra M. Russell Ballard, »Bliv i båden og hold fast!«, Liahona, nov. 2014, s. 89*

For nylig tog en af mine venner sin søn med på en tur ned ad Coloradofloden gennem Cataract Canyon, som ligger i det sydøstlige Utah. Kløften er berømt for sine 23 km med brusende strømfald, som kan være ret så risikable at passere.

Som forberedelse til deres vovestykke havde de omhyggeligt gennemgået nationalparkens hjemmeside, som indeholder vigtig information om personlig beredthed og almindelige, skjulte farer.

Ved begyndelsen af turen gennemgik en af de erfarne flodguider vigtige sikkerhedsinstruktioner og understregede tre regler, som skulle sikre gruppens sikkerhed gennem strømfaldene. »Regel nummer et: Bliv i båden! Regel nummer to: Hav altid redningsvest på! Regel nummer tre: Hold altid

fast i båden med begge hænder!« Så sagde han igen med eftertryk: »Men husk frem for alt regel nummer et: Bliv i båden!«

Dette eventyr minder mig om vores jordiske rejse. De fleste af os oplever perioder i vores liv, hvor vi påskønner livets rolige vande. Til andre tider møder vi brusende strømfald, som symbolsk kan sammenlignes med dem, der er på den 23 km lange strækning gennem Cataract Canyon – udfordringer, der både kan bestå i fysiske og psykiske helbredsmæssige problemer, en nærtstående dødsfald, knuste drømme og håb, og for nogle endog en troskrise, når man står over for problemer, spørgsmål eller tvivl.

Herren har i sin godhed sørget for hjælp, herunder en båd, vigtigt udstyr som redningsvest og erfarne flodguider, der giver vejledning og sikkerhedsinstruktioner for at hjælpe os til at klare turen ned ad livets flod til vores endelige destination.



## Hvordan modtager jeg personlig åbenbaring?

Vi er hver især berettiget til personlig åbenbaring til at vejlede os i vores egen tilværelse. For at modtage personlig åbenbaring må vi forberede os ved at leve værdigt og studere og grunde over skrifterne. Når vi søger og beder, så vil Gud åbenbare sin vilje til os gennem Helligånden.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpeskilder, mens du forbereder dig. Hvad føler du dig inspireret til at videregive til de unge mænd?*

1 Kong 19:9-12; Hel 5:30; L&P 6:14-16, 23; 8:2-3; 11:12-14 (Hvordan Ånden taler til os)

Joh 14:26-27 (Helligånden kan hjælpe os til at erindre ting og føle fred)

Eter 2-3; L&P 9:7-9 (For at modtage personlig åbenbaring er vi nødt til at studere og gennemtænke det i vores eget sind)

Henry B. Eyring, »Fortsat åbenbaring«, *Liahona*, nov. 2014, s. 70-73

Richard G. Scott, »Sådan opnår man åbenbaring og inspiration i sit personlige liv«, *Liahona*, maj 2012, s. 45-47

David A. Bednar, »Åbenbarelsens ånd«, *Liahona*, maj 2011, s. 87-90

»Lær at fornemme Åndens tilskyndelser«, *Forkynd mit evangelium*, 2007, s. 96-97

»Åbenbaring«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 179-183

Videoter: »Lysets mønstre: Åbenbarelsens ånd«, »Hør hans røst«

Hvordan ved du, hvornår du har modtaget personlig åbenbaring? Hvordan har det været en velsignelse for dig, at du har lært at genkende personlig åbenbaring?

Hvorfor er det vigtigt for de unge mænd at forstå, hvordan man modtager personlig åbenbaring? Hvordan kan personlig åbenbaring hjælpe bærere af Det Aronske Præstedømme til at udføre deres præstedømmepligter? Hvordan vil du hjælpe dem til at lære at mærke personlig åbenbaring?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Hvordan har sidste uges lektion påvirket de unge mænds tilværelse? Hvad har de gjort anderledes på grund af det, de lærte? Hvilke velsigelser har dette resulteret i?
- Skriv på tavlen: »Jeg ved, at jeg modtager personlig åbenbaring, når \_\_\_\_\_.« Spørg de unge mænd, hvordan de vil afslutte denne sætning. Bed dem om at tænke over denne udtalelse lektionen igennem og være opmærksom på yderligere svar.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe koorumsmedlemmerne til at forstå, hvordan de kan modtage personlig åbenbaring. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit koorum:

- Læs sammen i klassen de første tre afsnit af præsident Henry B. Eyrings tale »Fortsat åbenbaring«. Bed de unge mænd om at nævne et par situationer, hvor de eller nogen, de kender, har brug for personlig åbenbaring. Bed de unge mænd om at læse eller se dele af præsident Eyrings tale og fortælle om, hvad de lærer. Bed dem om at overveje, hvad de vil gøre for at søge personlig åbenbaring.
- Skriv de skriftstedshenvisninger, der er foreslået i dette oplæg, på tavlen. Tildel et til hver af de unge mænd, og bed finde ud af, hvad det lærer os om, hvordan Helligånden kommunikerer med os. Lad de unge mænd skrive det, de har fundet frem til, på tavlen ud for hver skriftstedshenvisning. Inviter de unge mænd til at fortælle om nogle oplevelser, de har haft, hvor Helligånden har talt til dem på en af disse måder. Har de nogensinde søgt efter eller modtaget personlig åbenbaring til at vejlede dem i at udføre deres præstedømmeplichter? Du kan også fortælle om en oplevelse, du har haft.
- Kopiér oversigten på side 96-97 i *Forkynd mit evangelium* til hver af de unge mænd. Bed de unge mænd om at gennemgå oversigten og dens beskrivelse af, hvordan Helligånden kommunikerer med os. Bed dem om at skrive om et tidspunkt, hvor de har mærket nogle af de følelser, tanker eller tilskyndelser, der er beskrevet i oversigten. Lad nogle få unge mænd fortælle resten af kvoorummet, hvad de skrev.
- Lad de unge mænd læse afsnittet »Former for åbenbaring« fra ældste David A. Bednars tale »Åbenbarelsens ånd« eller se videoen »Lysets mønstre: Åbenbarelsens ånd«. Bed dem om at nævne udtryk eller sætninger, der forklarer, hvordan Helligånden kommunikerer med os. Hvorfor er det

### Undervisningstip

»Den største fristelse for den lærer, der kæmper for at fastholde en klasses opmærksomhed, er at bruge en sensationel historie. Der er en lang række af disse, som er af tvivlsom herkomst, der konstant er i omløb i Kirken ... Disse er ikke undervisningsredskaber: Stabilitet og vidnesbyrd er ikke bygget på sensationelle historier« (Joseph F. McConkie i *Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 53).

vigtigt for bærere af Det Aronske Præstedømme at forstå, hvordan Helligånden kommunikerer? Hvordan kan han hjælpe os med de vigtige beslutninger, vi skal træffe? Bed de unge mænd om at nævne nogle vigtige beslutninger, de skal træffe i løbet af de næste par år. Inviter med biskoppens tilladelse nogle gode, stærke præstedømmebærere fra menigheden til at fortælle, hvordan de har brugt personlig åbenbaring, når de skulle træffe lignende beslutninger.

- Vis videoen »Hør hans røst«, og bed de unge mænd om at være opmærksom på ting, som de unge i

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en bedre forståelse af, hvordan de kan modtage personlig åbenbaring? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om oplevelser, han har haft, når han har søgt efter og modtaget personlig åbenbaring.
- Bede kvorumsmedlemmerne om at være opmærksom på, hvordan de kan forbedre deres præstedømmetjeneste gennem personlig åbenbaring.

denne video gjorde for at forberede sig til at modtage personlig åbenbaring. På hvilke andre måder kan vi forberede os? (se 3 Ne 17:2-3; L&P 9:7-8). Tilskynd kvorumsmedlemmerne til at tage imod den udfordring, som de unge i videoen modtog, og bed dem om at fortælle om deres oplevelser ved et kommende kvorumsmøde.

- Bed de unge mænd om at vælge en af studieaktiviteterne på s. 100-102 i *Forkynd mit evangelium* og udføre den enten parvis, i små grupper eller på egen hånd.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede dem, der fulgte ham, til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. Han fokuserede på at hjælpe sine tilhængere til at efterleve evangeliet af hele deres hjerte ved at give dem storslåede oplevelser at lære af. Hvordan kan du lære de unge mænd at handle i tro og efterleve de sandheder, de lærer?

## Tilhørende aktiviteter for unge

Planlæg en GUF-aktivitet, der vil hjælpe de unge mænd til at anvende det, de har lært i denne lektion.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra David A. Bednar, »Åbenbarelsens ånd«, Liahona, maj 2011, s. 87-90*

Åbenbaringer overbringes på mangfoldige måder, herunder fx drømme, syner, samtaler med himmelske budbringere og inspiration. Nogle åbenbaringer modtages øjeblikkeligt og intenst, andre erkendes gradvist og diskret. De to oplevelser med lys, som jeg beskrev, er en hjælp til bedre at forstå disse to grundlæggende former for åbenbaring.

Et lys, der tændes i et mørkt rum, er ligesom at modtage et budskab fra Gud hurtigt og på én gang. Mange af os har oplevet den form for åbenbaring, når vi har fået svar på oprigtige bønner eller fået den nødvendige vejledning eller beskyttelse i overensstemmelse med Guds vilje og tidsramme. Beskrivelser af sådanne øjeblikkelige og intense tilkendegivelser findes i skrifterne, fremgår af Kirkens historie og forekommer i vores egen tilværelse. Ja, disse mægtige mirakler sker virkelig. Dog har denne form for åbenbaring en tilbøjelighed til at være mere usædvanlig end almindelig.

Den gradvise tilgang af lys, der udgår fra den opgående sol, er ligesom at modtage et budskab fra Gud »linje på linje, forskrift på forskrift« (2 Ne 28:30). Åbenbaring kommer hyppigst i små portioner over tid og gives i overensstemmelse med vores ønske, værdighed og forberedelse. En sådan kommunikation fra vor himmelske Fader »falde[r] på [vores] sjæl som dug fra himlen« (L&P 121:45) gradvist og

blidt. Denne form for åbenbaring er mere almindelig end usædvanlig og kan ses i Nefis oplevelser, da han forsøgte flere forskellige metoder, før det lykkedes ham at få fat i bronzepladerne fra Laban (se 1 Ne 3-4). Til sidst blev han ført af Ånden til Jerusalem »uden på forhånd at vide, hvad [han] skulle gøre« (1 Ne 4:6). Og han lærte ikke, hvordan man bygger et skib med kunstfærdig forarbejdning på én gang. Derimod viste Herren ham »fra tid til anden, på hvilken måde, [han] skulle forarbejde tømmeret til skibet« (1 Ne 18:1).

Både Kirkens historie og vores personlige liv er overfyldt med eksempler på Herrens mønster for at modtage åbenbaring »linje på linje, forskrift på forskrift«. Fx fik profeten Joseph Smith ikke overdraget det gengivne evangeliums grundlæggende sandheder på én gang i den hellige lund. Disse uvurderlige skatte blev åbenbaret, som omstændighederne berettigede det, og når tiden var inde ...

Vi har som medlemmer af Kirken en tendens til at fremhæve storslåede og dramatiske, åndelige tilkendegivelser så meget, at vi måske glemmer at påskønne og kan endda overse den almindelige måde, hvorpå Helligånden udfører sin gerning. Selve »vejens enkelhed« (1 Ne 17:41) med at modtage små og stykvisse åndelige indtryk, som over tid og sammenlagt udgør et ønsket svar eller den vejledning, som vi har brug for, kan få os til at se »forbi målet« (Jakob 4:14).



## Hvordan kan jeg gøre mine bønner mere meningsfulde?

Vor himmelske Fader elsker os og ønsker, at vi kommunikerer med ham gennem bøn. Når vi beder, så bør vi fortælle vor himmelske Fader, hvad vi føler inderst inde. Vi bør ikke gentage meningsløse ord eller udtryk. Vi kan føle os tættere på vor himmelske Fader gennem oprigtig, inderlig bøn.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse hjælpemidler, mens du forbereder dig. Hvad ønsker du, at de unge mænd erfarer om bøn?*

Luk 22:41-42; Hel 10:5; L&P 46:30-31  
(Vi bør søge Guds vilje, når vi beder)

3 Ne 14:7; L&P 9:7-8 (Bøn bør ledsages af oprigtige bestræbelser)

3 Ne 17-19 (Jesus Kristus beder med nefitterne og underviser i bøn)

Moro 10:3-5 (Bed med tro, et oprigtigt hjerte og oprigtig hensigt)

Guide til Skrifterne, »Bøn«, s. 20-21

Henry B. Eyring, »Præstedømmet og personlig bøn«, *Liahona*, maj 2015, s. 84-87

David A. Bednar, »Bed i tro«, *Liahona*, maj 2008, s. 94-97

David A. Bednar, »Bed altid«, *Liahona*, nov. 2008, s. 41-44

*Udførelse af min pligt mod Gud*, 2010, s. 38

»Bøn«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 11-15

Video: »Dagligt brød: Erfaring«

Hvilke betydningsfulde oplevelser har du haft med bøn? Hvad har disse oplevelser lært dig om at kommunikere med vor himmelske Fader? Hvad har du gjort for at gøre dine bønner mere meningsfulde?

I hvilke situationer har du hørt de unge mænd i dit kvorum bede? Hvordan kan du hjælpe dem til at gøre deres bønner mere meningsfulde? Hvordan kan det hjælpe dem nu og fremover, at de har en forståelse af, hvordan de kommunikerer med vor himmelske Fader?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at tegne et billede, der repræsenterer noget, de lærte i sidste uges lektion, og bed dem om at vise deres billede. Hvad har de gjort for at anvende det, de lærte? Har de nogle spørgsmål til eller yderligere indsigt i det, som de lærte?
- Bed de unge mænd om at lave en liste med måder, hvorpå vi kommunikerer med hinanden. Hvordan kan disse kommunikationsmetoder sammenlignes med at bede til vor himmelske Fader? Hvordan adskiller de sig? Hvilke spørgsmål har de unge mænd om bøn?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvordan de kan gøre deres bønner mere meningsfulde. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- ælg beretninger eller korte citater fra præsident Henry B. Eyrings tale »Præstedømmet og personlig bøn«, som du mener er mest relevant for de unge mænd i kvorummet. Skriv disse beretninger eller citater på papirsedler. Bed de unge mænd om at vælge en af papirsedlerne, læse den for kvorummet og lede en drøftelse af, hvad der undervises i. Hvordan kan bøn hjælpe dem i deres præstedømmetjeneste? Overvej at fortælle om en oplevelse, hvor din præstedømmetjeneste blev velsignet af bøn, eller bed de unge mænd om at fortælle om tilsvarende oplevelser.

- Lad de unge mænd finde et eksempel på bøn i skrifterne, som de synes er inspirerende (foreslå om nødvendigt, at de læser de skriftsteder, der er nævnt i dette oplæg), eller vis videoen »Dagligt brød: Erfaring«. Bed dem om at fortælle, hvad de har fundet frem

til, og hvad de lærer af dette eksempel om bøn.

- Lad hver af de unge mænd læse et skriftsted om bøn (såsom de, der er foreslået i dette oplæg). Bed dem om at nedskrive et princip vedrørende bøn, som de lærte af skriftstedet, og et eksempel på dette princip fra deres eller andres tilværelse. Bed dem om at fortælle et andet kvorumsmedlem, hvad de skrev. Hvad lærte de unge mænd af hinanden, som kan hjælpe dem til at gøre deres bønner mere meningsfulde?

- Giv hvert kvorumsmedlem et afsnit fra en af de taler af ældste David A. Bednar, der er foreslået i dette oplæg. Bed dem om at understrege de praktiske råd, som ældste Bednar giver for at hjælpe os til at gøre vore bønner mere meningsfulde. Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de har

### Undervisningstip

»Når en person har svaret på et spørgsmål eller er kommet med en kommentar, så bed de andre om enten at føje noget til kommentaren eller give udtryk for en anden mening. Når nogen stiller et spørgsmål, så giv det videre til andre i stedet for selv at besvare det. Du kan for eksempel spørge: »Er der nogen, som gerne vil besvare dette spørgsmål?« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 67).

fundet frem til. Bed dem derefter om at forestille sig, at de er ved at lære nogen at bede. Hvad ville de sige, og hvordan ville de forklare det? Overvej at lave et rollespil over en mulig undervisningssituation.

- Bed de unge mænd om hver især at studere et af principperne vedrørende bøn som nævnt i *Tro mod sandheden*, side 11-15 eller i afsnittet om bøn i Guide til Skrifterne. Bed ham om at undervise kvorummet om det, som

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan gøre deres bønner mere meningsfulde? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om sin plan for at skabe en vane med regelmæssig bøn.
- Fortælle om en personlig oplevelse, der har lært ham om bønnens kraft.

han lærte. Tilskynd de unge mænd til at fortælle om eksempler fra deres eget liv, når de underviser.

- Arbejd sammen i kvorummet på den første opgave under punktet Lær på side 38 i hæftet *Pligt mod Gud*. Afsæt under kvorumsmødet tid til, at de unge mænd kan nedskrive eller revidere deres planer om at tillægge sig en vane med regelmæssig bøn (se s. 15, 39 eller 63).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren elskede og bad for dem, han underviste. Når vi kender og elsker dem, vi underviser, beder vi for dem personligt og for konkrete udfordringer og muligheder, de står overfor.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra ældste David A. Bednar, »Bed altid«, Liahona, nov. 2008, s. 41-44*

Enkelt sagt, så er bøn kommunikation til vor himmelske Fader fra hans sønner og døtre på jorden. »Så snart vi erkender det sande forhold, som vi står i over for Gud (nemlig at Gud er vor Fader, og vi er hans børn), så bliver bønnen straks naturlig og instinktiv for vores vedkommende« (Bible Dictionary, »Prayer«, s. 752). Vi har fået befaling om altid at bede til Faderen i Sønnens navn (se 3 Ne 18:19-20). Vi bliver lovet, at hvis vi beder oprigtigt om det, der er rigtigt og godt og i overensstemmelse med Guds vilje, kan vi blive velsignet, beskyttet og vejledt (se 3 Ne 18:20; L&P 19:38) ...

Der kan være ting ved vores personlighed, vores opførsel eller i forbindelse med vores åndelige vækst, som vi har brug for at rådføre os med vor himmelske Fader om i vores morgenbøn. Efter på passende vis at have udtrykt tak for modtagne velsignelser beder vi indtrængende om forståelse, vejledning og hjælp til at gøre det, vi ikke kan gøre af egen styrke alene. Når vi beder, kan vi fx -

- tænke over de tilfælde, hvor vi har talt hårdt eller upassende til dem, vi elsker mest.
- anerkende, at vi ved bedre end som så, men vi handler ikke altid i overensstemmelse med det, vi ved.
- udtrykke anger for vore svagheder og for ikke at aflægge det naturlige menneske mere alvorligt.
- beslutte at efterligne Frelserens liv mere fuldstændigt.
- bede om mere styrke til at gøre det bedre og blive bedre.

En sådan bøn er altafgørende for den åndelige forberedelse af dagen.

I løbet af dagen har vi en bøn i vores hjerte om fortsat hjælp og vejledning – ligesom Alma foreslog: »Lad dine tanker være henvendt til Herren« (Alma 37:36).

Vi lægger gennem denne særlige dag mærke til, at der er tilfælde, hvor vi normalt ville have en tendens til at tale hårdt, og ikke gør det; eller vi kan føle tilbøjelighed til vrede, men det bliver vi ikke. Vi opdager himmelsk hjælp og styrke og anerkender ydmygt svar på vores bøn. Selv i det genkendelsens øjeblik beder vi en stille bøn af taknemlighed.

Ved slutningen af dagen knæler vi igen og rapporterer tilbage til vor Fader. Vi gennemgår dagens begivenheder og udtrykker dybfølt tak for de velsignelser og den hjælp, vi har modtaget. Vi omvender os, og med hjælp fra Herrens ånd kan vi finde frem til måder, hvorpå vi kan gøre det bedre og blive bedre i morgen. På denne måde bygger vores aftenbøn videre på og er en fortsættelse af vores morgenbøn. Og vores aftenbøn er også en forberedelse til en meningsfuld morgenbøn.

Morgen- og aftenbønner – og alle bønnerne ind i mellem – er ikke usammenhængende, adskilte begivenheder. De er snarere forbundet med hinanden hver dag og hen over dage, uger, måneder og endog også år. På denne måde opfylder vi til dels skriftens formaning om altid at bede (Luk 21:36; 3 Ne 18:15; L&P 31:12). Sådanne meningsfulde bønner er et redskab til at opnå de største velsignelser, som Gud venter på at give sine trofaste børn.



## Hvordan kan jeg styrke mit vidnesbyrd?

Et vidnesbyrd er et åndeligt vidne om sandheden, som er givet af Helligånden. Som medlemmer af Kirken har vi et helligt privilegium og ansvar for at få vore egne vidnesbyrd. Hvis vi søger at få et vidnesbyrd ved studium, bøn og efterlevelse af evangeliet, så vil Helligånden hjælpe os til selv at vide, at evangeliet er sandt.

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsmøt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad finder du, som vil inspirere de unge mænd til at få et vidnesbyrd?*

Joh 7:16-17 (Hvis vi gør Herrens vilje, vil vi få et vidnesbyrd)

1 Kor 2:9-13; Alma 5:45-46; L&P 8:2-3 (Helligånden vidner om sandheden)

Jak 1:5; 1 Ne 10:17-19; 15:11; 3 Ne 18:20; Moro 10:3-5 (For at få et vidnesbyrd må vi bede om og søge efter det)

Mosi 26:3; Alma 12:11 (Hvad der kan hindre i at få et vidnesbyrd)

L&P 9:7-9 (Vi må gennemtænke det i vores eget sind, før vi spørger)

Dieter F. Uchtdorf, »Modtag et vidnesbyrd om lys og sandhed«, *Liahona*, nov. 2014, s. 20-23

Jeffrey R. Holland, »Jeg tror«, *Liahona*, maj 2013, s. 93-95

Quentin L. Cook, »Føler I også således nu?«, *Liahona*, nov. 2012, s. 6-9

Craig C. Christensen, »Jeg kender selv til dette«, *Liahona*, nov. 2014, s. 50-52

»Vidnesbyrd«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 168-170

Video: »Venter på vores vej til Damaskus«

Hvordan har du fået dit eget vidnesbyrd? Hvordan har dit vidnesbyrd påvirket din tilværelse som ægtefælle, far, præstedømmebærer og Kristi discipel?

Hvad ved du om de unge mænds vidnesbyrd i dit kvorum? Hvordan kan det påvirke deres tilværelse nu og fremover, at de har et stærkt vidnesbyrd? Hvad kan du gøre for at opmuntre kvorumsmedlemmerne til at styrke deres vidnesbyrd?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmemeplygter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmøde.*

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Lad de unge mænd fortælle om oplevelser, de har haft med at anvende et princip fra sidste uges lektion. Du kan eventuelt selv fortælle om en for at få samtalen i gang.
- Læs som kворum ældste Craig C. Christensens sammenligning af et vidnesbyrd og en californisk kæmpefy i hans tale »Jeg kender selv til dette«. Hvis det er muligt, så medbring et billede af en californisk kæmpefy og forklar, at dette træ stammer fra et frø, der kun er få millimeter langt. Bed de unge mænd om at fortælle, hvad denne sammenligning lærer dem om at styrke deres vidnesbyrd.

---

## Lær sammen

*Alle forslagene herunder vil hjælpe kворumsmedlemmerne til at lære, hvordan de kan få deres eget vidnesbyrd. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kворum:*

- Bed et kворumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om bøn og personlig åbenbaring (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42 eller 66).
- Bed nogle af de unge mænd om at læse 1 Nefi 10:17-19, og bed nogle andre om at læse Alma 5:45-47. Hvad gjorde Nefi og Alma for at få deres eget vidnesbyrd? Hvad mere kan de unge mænd lære af disse eksempler? Hvilke andre eksempler kan de finde i skrifterne? Bed dem om at fortælle om oplevelser, de har haft, som har styrket deres vidnesbyrd. Hvad kan de gøre for at få flere oplevelser som disse?
- Giv hver af de unge mænd til opgave at studere et af hovedafsnitene i præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »Modtag et vidnesbyrd om lys og sandhed«. Lad de unge mænd se efter, hvad præsident Uchtdorf forklarer om at opnå et vidnesbyrd, og bed dem om at fortælle, hvad de finder frem til. Skriv på tavlen: »At få et vidnesbyrd er ligesom \_\_\_\_\_.« Lad et par unge mænd komme op til tavlen og fortælle, hvordan de vil færdiggøre denne udtalelse.
- Bed de unge mænd om hver især at læse et af skriftstederne fra dette oplæg for at finde ud af, hvordan man kan få samt styrke sit vidnesbyrd eller finde ting, der forhindrer os i at få et vidnesbyrd. Når de har fortalt om deres tanker, beder du dem om at tænke over, hvordan de kan hjælpe andre kворumsmedlemmer til at styrke deres vidnesbyrd. Hvordan kan de hjælpe deres familiemedlemmer? Venner i skolen?

### Undervisningstip

»En lektion vil ofte indeholde mere stof, end du kan gennemgå i den undervisningstid, som du har. I sådanne tilfælde bør du udvælge det stof, der bedst vil hjælpe dem, som du underviser« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 98).

- Lad de unge mænd hver især lave en liste over ting, der kan svække deres vidnesbyrd, og måder, hvorpå han kan sørge for, at deres vidnesbyrd er stærkt, mens de læser det niende og tiende afsnit i ældste Quentin L. Cooks tale »Føler I også således nu?«
- Bed de unge mænd om at fortælle om eksempler, de har set, det illustrerer noget fra deres liste.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan få deres eget vidnesbyrd? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan –*

- bære sit vidnesbyrd om vigtigheden af, at hver person får sit eget vidnesbyrd om evangeliet.
- bede andre kvorumsmedlemmer om at bære deres vidnesbyrd.
- bede kvorumsmedlemmerne om at overveje, hvad de kan gøre for at styrke deres vidnesbyrd.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede sine disciple til at vidne om sandheden, og når de gjorde det, rørte Ånden deres hjerte. Tænk på de unge mænd i din klasse og de oplevelser, de har haft i deres liv. Vær i din undervisning opmærksom på muligheder for, at de unge mænd kan bære deres vidnesbyrd om evangeliske sandheder både direkte og indirekte.

### Tilhørende aktiviteter for unge

Planlæg en GUF-aktivitet, der vil hjælpe de unge mænd til at anvende det, de har lært i denne lektion.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Craig C. Christensen, »Jeg kender selv til dette«, Liahona, nov. 2014, s. 51-52*

Nogle mennesker taler om et vidnesbyrd, som om det er en lyskontakt – enten er den tændt eller slukket. Enten har man et vidnesbyrd, eller også har man ikke. I virkeligheden er et vidnesbyrd mere som et træ, der gennemgår flere vækst- og udviklingsstadier. Nogle af de højeste træer på jorden findes i Redwood Nationalpark i det vestlige USA. Når man står ved foden af disse enorme træer, er det forunderligt at tænke på, at hvert eneste af dem kommer fra et lillebitte frø. Sådan er det også med vore vidnesbyrd. Selv om de begynder med en enkelt åndelig oplevelse, vokser og udvikler de sig over tid gennem konstant næring og hyppige, åndelige oplevelser.

Det er derfor ikke overraskende, da profeten Alma forklarede, hvordan vi udvikler et vidnesbyrd, at han talte om et frø, der bliver til et træ. Han sagde: »Hvis I giver plads til, at et frø kan blive sået i jeres hjerte, se, hvis det er et sandt frø eller et godt frø, og hvis I ikke kaster det ud ved jeres vantro ... da vil det begynde at svulme i jeres bryst, og når I føler disse svulmende bevægelser, begynder I at sige til jer selv: Det må nødvendigvis være sådan, at det er et godt frø, eller at ordet er godt, for det begynder at udvikle min sjæl, ja, det begynder at oplyse min forstand, ja, det begynder at blive mig lifligt« (Alma 32:28).

Det er ofte sådan, et vidnesbyrd begynder: Med hellige og overbevisende følelser, der oplyser os og viser os, at Guds ord er sandt, men uanset hvor vidunderlige disse følelser er, er det kun begyndelsen. Jeres arbejde med at få jeres vidnesbyrd til at vokse er ikke færdigt – lige så lidt som arbejdet med væksten af en kæmpefyrt er klaret, når den første lillebitte spire titter op af jorden. Hvis vi tilsidesætter eller forsømmer disse tidlige, åndelige tilskyndelser, hvis vi ikke nærer dem ved fortsat at studere skrifterne og bede og søge flere oplevelser med Ånden, dør vore følelser hen, og vore vidnesbyrd bliver mindre.

Som Alma udtrykte det: »Men hvis I forsømmer træet og ikke har tanke for dets pasning, se, da slår det ikke nogen rod; og når solens hede kommer og svider det, visner det bort, fordi det ingen rod har, og I rykker det op og kaster det ud« (Alma 32:38).

I de fleste tilfælde vokser vore vidnesbyrd på samme måde, som et træ vokser: Gradvist, næsten umærkeligt, som følge af vores konstante omsorg og flittige indsats. »Men dersom I vil pleje ordet,« lovede Alma, »ja, passe træet, når det begynder at vokse ved jeres tro med stor flid og med tålmodighed, idet I med glæde ser frem til frugten af det, da slår det rod, og se, det skal blive et træ, der vokser op til evigtvarende liv« (Alma 32:41).



## Hvad har præsident Monson lært bærere af Det Aronske Præstedømme?

En del af vores ed og pagt som præstedømmebærere er at modtage Herrens tjenere, herunder de levende profeter, og leve efter hvert ord, som udgår af Guds mund (se L&P 84:36, 44). Præsident Thomas S. Monson har lært bærere af Det Aronske Præstedømme, at de skal være villige og værdige til at udføre deres pligt. Han opfordrer os til at forsvare retfærdige principper, selv om vi måske står alene. Han ønsker, at vi forstår, hvordan vi kan bruge præstedømmet til at velsigne og tjene dem omkring os.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse seneste taler af præsident Monson til præstedømmebærere:*

»En hellig tillid«, *Liahona*, maj 2016, s. 85

»Ført sikkert hjem«, *Liahona*, nov. 2014, s. 67-69

»Præstedømmet – en hellig gave«, *Liahona*, maj 2015, s. 88-90

»Vær modig og stærk«, *Liahona*, maj 2014, s. 66-69

»Hold befalingerne«, *Liahona*, nov. 2015, s. 83-85«,

Videoer: »Missionering: En præstedømmepligt«, »Vov at stå alene«

Hvad har du lært om præstedømmetjeneste af præsident Monson? Hvordan har du anvendt hans belæringer og eksempel?

Ved de unge mænd i dit kворum, hvad præsident Monson sagde til dem som præstedømmebærere ved de seneste konferencer?

Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at se, hvordan præsident Monsons budskaber finder anvendelse i deres tilværelse?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Del de unge mænd op parvis. Bed dem om at fortælle hinanden noget, de husker fra sidste uges lektion.
- Gennemgå sammen i kvorummet afsnittet »Præstedømmepligter« i hæftet *Pligt mod Gud*, og skriv pligterne på tavlen (se s. 23, 46-47 og 70-71). Hvad har præsident Monson sagt om disse pligter? Bed de unge mænd om i løbet af lektionen at supplere listen på tavlen, når de finder noget, som præsident Monson har belært om vedrørende deres præstedømmepligter.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at studere de seneste budskaber af præsident Thomas S. Monson til præstedømmebærere. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Giv de unge mænd hver en kopi af en af præsident Monsons seneste taler til præstedømmebærere (se de taler, der er omtalt i dette oplæg). Bed de unge mænd om at finde en historie i talen, genfortælle den med deres egne ord til kvorummet og fortælle, hvad den lærer om præstedømmetjeneste.
- Lad de unge mænd læse en af præsident Monsons seneste taler og finde en udtalelse, som de gerne vil huske. Giv hver af de unge mænd et lille stykke papir, og bed dem om at skrive udtalelsen på papiret. Bed kvorumsmedlemmerne om at gengive deres udtalelse og forklare, hvorfor de valgte den.
- Vis en eller begge de videoer, der er foreslået i dette oplæg, og giv de unge mænd tid til hver især at skrive en kort opsummering af deres tanker og indtryk. Bed derefter de unge mænd om at fortælle kvorummet, hvad de har skrevet. Hvordan kan vi blive bedre tjenere i præstedømmet, hvis vi følger præsident Monsons råd i disse videoer?
- Lad de unge mænd finde de skriftsteder, som præsident Monson benytter til at undervise om præstedømme-tjeneste. Bed dem om at fortælle hinanden, hvad de lærer af disse skriftsteder. Tilskynd dem til at benytte sig af fodnoterne til at finde andre skriftsteder, der underviser om præstedømmet. Hvordan vil de anvende det, de har fundet, i deres udførelse af deres præstedømmepligter?

### Undervisningstip

»Undgå at undervise i alt, hvad der kan siges om et bestemt emne. Dem, som du underviser, vil sandsynligvis allerede have nogen forståelse for emnet. Husk, at din lektion ikke er det eneste tidspunkt, hvor de vil lære noget om emnet« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 99).

- Bed den ene halvdel af kvorummet om at læse en af præsident Monsons taler og lede efter ting, han beder præstedømmebærere om at gøre. Bed den anden halvdel om at læse den samme tale og lede efter velsignelser, han lover. Bed kvorumsmedlemmerne om at fortælle, hvad de har fundet. Hvordan kan de anvende hans råd på deres præstedømmetjeneste?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de præsident Monsons budskaber til dem? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad han føler for præsident Monson.
- Bede andre kvorumsmedlemmer om at fortælle om deres tanker om det, de har lært.
- Opfordre kvorumsmedlemmerne til at lægge eller forbedre deres planer i afsnittet »Præstedømmeplichter« i hæftet *Pligt mod Gud* ud fra det, de har lært i dag.

## Undervisning på Frelserens måde

I alle situationer var Frelseren et eksempel og en mentor. Han lærte sine disciple at bede ved at bede sammen med dem. Han lærte dem at elske og tjene gennem den måde, han elskede og tjente dem på. Han lærte dem at undervise i sit evangelium ved den måde, han underviste i det. Hvordan vil du som præstedømmebærer være et eksempel og en mentor for de unge mænd i dit kvorum?

## Tilhørende aktiviteter for unge

Planlæg en GUF-aktivitet, der vil hjælpe de unge mænd til at anvende det, de har lært i denne lektion.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Thomas S. Monson, »Vær modig og stærk«, Liahona, maj 2014, s. 67*

Da jeg tjente i USA's flåde under anden verdenskrig, oplevede jeg mange modige handlinger, heltegerninger og mange eksempler på mod. Et af dem, jeg husker bedst, var det stilfærdige mod, som udvistes af en 18-årig matros – fra et andet trossamfund – der ikke var for stolt til at bede. Af de 250 mænd i kompagniet var han den eneste, der hver aften knælede ned ved siden af sin køje, trods de andres spottende tilråb og ondskabsfulde spøgefuldheder, og med bøjet hoved bad han til Gud. Og han vaklede aldrig. Han tøvede aldrig. Han havde mod.

For ikke så længe siden hørte jeg om en person, der helt sikkert virkede til at mangle dette indre mod. En ven fortalte om et åndeligt og trosfremmende nadvermøde, som hun og hendes mand havde overværet i deres menighed. En ung mand, en præst i Det Aronske Præstedømme, rørte hele forsamlingens hjerte, da han talte om evangeliske sandheder og glæden ved at holde befalingerne. Han bar et oprigtigt og gribende vidnesbyrd, da han stod på talerstolen og virkede ren og pæn i sin hvide skjorte og slips.

Senere den dag, da denne kvinde og hendes mand kørte ud af deres nabolag, så de den samme unge mand, der havde inspireret dem blot nogle få timer tidligere. Nu så de dog et helt andet billede, da han gik ned ad fortovet i usoigneret tøj, mens han røg en cigaret. Min ven og hendes mand blev ikke blot meget skuffede og triste, men de blev også forvirrede over, hvordan han så overbevisende virkede til

at være en person ved nadvermødet og så hurtigt efter virkede til at være en helt anden person.

*Uddrag fra Thomas S. Monson, »Ført sikkert hjem«, Liahona, nov. 2014, s. 68*

Som bærere af præstedømmet er vi placeret på jorden i en vanskelig tid. Vi lever i en kompleks verden med store konflikter alle vegne. Politiske rænkespil underminerer nationers stabilitet, tyranner tilraner sig magt, og visse samfundsgrupper synes for stedse undertrykt, nægtet muligheder og efterladt med en følelse af fiasko. Menneskers sofisterier ringer for vore øren, og synden snurrer omkring os.

Det er vores ansvar at være værdige til alle de storlåede velsignelser, som vor himmelske Fader har i vente til os. Uanset hvor vi er, følger vores præstedømme med os. Står vi på hellige steder? Stands op for at overveje konsekvenserne, før I placerer jer selv eller jeres præstedømme i fare ved at gå til steder eller deltage i aktiviteter, som ikke er værdige for jer eller dette præstedømme.

Vi, som er blevet ordineret til Guds præstedømme, kan gøre en forskel. Når vi bevarer vores personlige renhed og ærer vores præstedømme, kan vi blive retfærdige eksempler til efterlevelse. Apostlen Paulus sagde: »Vær et forbillede for de troende i tale, i adfærd, i kærlighed, i troskab, i renhed« (1 Tim 4:12). Han skrev også, at Kristi tilhængere skulle blive »som himmellys i verden« (Fil 2:15). Retfærdige eksempler kan oplyse en stadig mørkere verden.



## Hvordan kan en patriarkalsk velsignelse hjælpe mig?

En patriarkalsk velsignelse er en personlig åbenbaring vedrørende vores tilværelse. Den hjælper os til at forstå vores potentiale og de velsignelser, vi kan modtage, hvis vi er trofaste. Den kan indeholde løfter, formaninger og advarsler, som kan være til vejledning for os. Den kan også hjælpe os til at vide, at vor himmelske Fader kender og bekymrer sig for os personligt.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklider, mens du forbereder dig. Hvad synes du, der vil være bedst for de unge mænd, du underviser?*

Alma 16:16-17; 3 Ne 17:2-3 (Vi bør forberede vores hjerte til at modtage instruktion fra Herren)

3 Ne 20:25-27 (Israels hus velsigner familier på jorden)

L&P 82:10; 130:20-21 (Velsignelser er betingede af lydighed)

Henry B. Eyring, »Hjælp dem til at sigte højt«, *Liahona*, nov. 2012, s. 60-67

Boyd K. Packer, »Råd til de unge«, *Liahona*, nov. 2011, s. 16-19

Carlos A. Godoy, »Herren har en plan for os!« *Liahona*, nov. 2014, s. 96-98

»Patriarkalske velsignelser«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 119-120

Hvis du har modtaget en patriarkalsk velsignelse, hvordan har den da vejledt dig i din tilværelse? Hvordan har den hjulpet dig i tider med modgang? Hvordan har den inspireret dig?

Hvordan kan en patriarkalsk velsignelse være en vejledning for de unge mænd, du underviser? Hvorfor er det vigtigt for dem at kende deres slægtslinje i Israels hus? Hvordan kan du hjælpe dem til at forberede sig til at modtage en patriarkalsk velsignelse?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kворummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepfigter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kворumsmedlem.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Vis en genstand eller et billede for at minde de unge mænd om sidste uges lektion. Hvilke oplevelser har de haft, da de anvendte det, de havde lært? Spørg dem, om de har nogle yderligere spørgsmål eller kommentarer om den lektions emne.
  - Skriv på tavlen: »Hvordan kan en patriarkalsk velsignelse hjælpe mig?«
- Bed de unge mænd om at komme med mulige svar på dette spørgsmål. Vend tilbage til dette spørgsmål i løbet af lektionen. Overvej som en del af jeres drøftelse at fortælle ældste Carlos A. Godoys historie om, hvordan hans patriarkalske velsignelse hjalp ham til at træffe vigtige beslutninger (se »Herren har en plan for os!«, *Liahona*, nov. 2014, s. 96-98).

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorummedlemmerne til at lære om patriarkalske velsignelser. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Lad en eller flere af de unge mænd fortælle om, da de modtog deres patriarkalske velsignelse (eller fortæl om, da du selv modtog din). Hvordan har deres patriarkalske velsignelse hjulpet dem? (Mind kvorummet om, at detaljer vedrørende indholdet i den patriarkalske velsignelse er helligt, og man bør ikke fortælle om det). Klip i en kopi af artiklen »Om patriarkalske velsignelser«, så der er et stykke for hvert spørgsmål og svar. Bed et kvorummedlem om at vælge et stykke af artiklen og fortælle kvorummet om spørgsmålet og svaret. Hvilke andre spørgsmål har de unge mænd?
- Inviter med biskoppens tilladelse stavspatriarken til at komme og tale med kvorummet om patriarkalske velsignelser. Bed de unge mænd om at stille alle de spørgsmål, de har.
- Bed de unge mænd om at nedskrive ethvert spørgsmål, de har, vedrørende patriarkalske velsignelser. Led sammen i kvorummet efter svarene i *Tro mod sandheden*, side 119-120.
- Læs sammen i kvorummet præsident Boyd K. Packers bemærkninger om sin patriarkalske velsignelse i »Råd til de unge« eller præsident Henry B. Eyrings beretning om at få sin velsignelse i »Hjælp dem til at sigte højt«. Bed de unge mænd om at finde måder, hvorpå en patriarkalsk velsignelse kan hjælpe dem, og bed dem fortælle, hvad de finder frem til.
- Bed de unge mænd om at læse de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg, og fortælle, hvad de synes, at hvert skriftsted lærer dem om patriarkalske velsignelser.

### Undervisningstip

»Når en person stiller et spørgsmål, så overvej at bede andre om at besvare det i stedet for at besvare det selv. Du kan for eksempel sige: »Det er et interessant spørgsmål. Hvad mener resten af jer?« eller »Er der nogen, der kan hjælpe med dette spørgsmål?« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 64).

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en større forståelse af patriarkalske velsignelser? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## **Opfordring til handling**

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bede de kvorumsmedlemmer, der ikke har fået deres patriarkalske velsignelse, om at gøre noget konkret for at forberede sig til det.
- Bede de kvorumsmedlemmer, der har modtaget deres patriarkalske velsignelse, om at studere den regelmæssigt.

## **Undervisning på Frelserens måde**

Frelseren kender de unge mænd i dit kvorum, og han ved, hvem de kan blive. Han har et værk at udføre til dem hver især, og han ønsker at hjælpe dem med at udføre dette værk. Hvordan kan du undervise om Frelserens kærlighed til de unge mænd, når du taler om patriarkalske velsignelser?

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra »Om patriarkalske velsignelser«, Liahona, mar. 2004, s. 18-21

## Hvad er en patriarkalsk velsignelse?

Der er to overordnede formål med en patriarkalsk velsignelse. For det første bliver patriarken inspireret til at fortælle dig din slægtslinje – den af Israels stammer, som du tilhører. For det andet udtaler patriarken ved profetiens ånd visse velsignelser og kan også fremsætte løfter, advarsler eller formaninger, som gælder specifikt for dig. Din patriarkalske velsignelse fremhæver visse ting, som du er i stand til at opnå, samt velsignelser som du kan modtage, hvis du øver tro og lever retfærdigt.

## Hvorfor er slægtslinjen vigtig?

Ethvert medlem af Kirken tilhører en af Israels tolv stammer. De, som ikke er bogstavelige efterkommere, bliver ved dåben »adopteret« ind i Israels hus. Det kan være en nyttig vejledning for dig at kende din slægtslinje, for tilhørsforholdet til en af de tolv stammer medfører bestemte velsignelser og opgaver, som er specifikke for hver enkelt stamme. De velsignelser, som Jakob gav sin sønner (overhovederne for hver af stammerne) kan vi læse om i Første Mosebog 49.

## Hvem kan modtage en patriarkalsk velsignelse?

Alle værdige medlemmer af Kirken har ret til at modtage en patriarkalsk velsignelse og bør få en sådan, uanset hvor længe de har været medlem.

## Hvor gammel skal jeg være for at få en velsignelse?

Der er ingen aldersgrænse. Du bør være tilstrækkelig gammel til at forstå, hvor hellig velsignelsen er.

## Hvordan gives velsignelsen?

Patriarken lægger sine hænder på dit hoved og giver dig velsignelsen ved inspiration. Den bliver

givet som åbenbaret vejledning til dig. Velsignelsen bliver derpå renskrevet, således at du kan få et eksemplar, som du kan studere hele livet. Kirken beholder også et eksemplar af din velsignelse, hvis du skulle miste dit.

## Hvordan får jeg en patriarkalsk velsignelse?

Træf en aftale om et interview med din biskop. Han afgør, om du er parat og værdig, og giver dig en anbefaling eller hjælper dig til at blive parat til at modtage en velsignelse. Når du har fået din anbefaling, kan du kontakte patriarken med henblik på at træffe en aftale. Spørg din biskop eller patriarken om, hvem der må følge dig til din velsignelse, fx dine forældre. Og tag anbefalingen med til mødet.

## Hvordan ved jeg, om jeg er parat?

Ønsket om at modtage en patriarkalsk velsignelse bør udspringe af et ønske om at kende og efterleve Guds vilje angående dig. Nysgerrighed eller pres fra andre er ikke den rette grund til at få en velsignelse. Biskoppen er med til at afgøre, om du er parat til velsignelsen.

## Hvordan kan jeg gøre mig parat?

Du bør gøre alt, hvad der er muligt, for at få et tættere forhold til Herren. Bøn, faste, skriftstudium, meditation og omvendelse kan medvirke. Man bør lægge alle verdslige bekymringer bag sig ved en så hellig oplevelse.

## Hvornår bliver løfterne i min velsignelse opfyldt?

Ikke så sjældent åbenbarer en patriarkalsk velsignelse oplysninger om vores førjordiske tilværelse. Men for det meste udgør de vejledninger for vores nuværende og fremtidige livsførelse. Eftersom velsignelser af natur er evige, kan de rumme muligheder, som rækker ud over dette jordiske liv.

# Juni: Præstedømmet og præstedømmenøgler

»Nøglerne til Guds rige er overdraget til menneskene på jorden« (L&P 65:2).

Oplæggene denne måned vil hjælpe hver ung mand til at »lære sin pligt og at handle med al flid i det embede, hvortil han er blevet udpeget« (L&P 107:99). I denne måneds emne kan du hjælpe medlemmerne af dit kvorum til at se, hvordan de kan være til velsignelse for vor himmelske Faders børn gennem deres værdige udøvelse af præstedømmet.

For at integrere Pligt mod Gud i søndagens kvorumsmøder kan du denne måned overveje at undervise i Pligt mod Gud-oplægget herunder.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvordan påvirker værdighed kraften i præstedømmet? (Pligt mod Gud)*

*Hvad er præstedømmet?*

*Hvad er præstedømmets nøgler?*

*Hvad er mine pligter som bærer af Det Aronske Præstedømme?*

*Hvorfor skal jeg udføre en mission?*

*Hvad vil det sige at opretholde vore ledere i Kirken?*

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvalg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

»Lev værdigt«, s. 16-17, 40-41, 64-65

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68

»Præstedømmepligter«, s. 22-29, 46-53, 70-77







## PLIGT MOD GUD

# Hvordan påvirker værdighed kraften i præstedømmet?

Præstedømmemyndighed kommer gennem ordination, men præstedømmekraften kræver personlig retskaffenhed, trofasthed, lydighed og flid. Selv om vi modtager præstedømmemyndighed ved håndspålæggelse, har vi ingen præstedømmekraft, hvis vi er ulydige, uværdige eller uvillige til at tjene.

Hvad er forskellen mellem præstedømmemyndighed og præstedømmekraft? Hvorfor er værdighed en forudsætning for at opnå præstedømmekraft?

Hvordan kan du hjælpe bærerne af Det Aronske Præstedømme til at forstå forholdet mellem værdighed og præstedømmekraft? Hvilke fristelser står unge mænd overfor, der måske kan resultere i, at de mister kraften i præstedømmet?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklender, mens du forbereder dig. Hvad føler du dig inspireret til at formidle til de unge mænd?*

L&P 38:42 (Præstedømmebærere er blevet befalet at være rene)

David A. Bednar, »Himlens kræfter«, *Liahona*, maj 2012, s. 48-51

L&P 121:34-46 (Præstedømmekraften er afhængig af en persons retfærdighed)

»Lev værdigt«, *Udførelse af min pligt mod Gud*, 2010, s. 16-17 (diakoner), s. 40-41 (lærere) og s. 64-65 (præster)

Russell M. Nelson, »Prisen for præstedømmets kraft«, *Liahona*, maj 2016, s. 66-69

Videoer: »I skal hellige jer«; »Præstedømmets kraft og præstedømmets myndighed«

Neil L. Andersen, »Præstedømmets kraft«, *Liahona*, nov. 2013

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepfigter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed i løbet af ugen nogle af de unge mænd om at forberede sig til ved kvorumsmødet at fortælle om oplevelser, de har haft, der relaterer sig til sidste uges lektion.
- Bed en ung mand om at slukke lyset i lokalet. Hvor brugbar er en lyspære uden elektricitet? Hvordan finder dette anvendelse på en præstedømmebærer? Læs sammen Lære og Pagter 121:36-37, og bed de unge mænd om at drøfte, hvordan retfærdighed påvirker præstedømmekraften.

### Undervisningstip

»Når du underviser ud fra skrifterne, er det ofte en hjælp at få eleverne til at se eller lytte efter noget bestemt« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 55).

---

## Lær sammen

Formålet med denne lektion er at hjælpe de unge mænd til hver især at forstå, hvordan deres retfærdighed påvirker deres kraft i præstedømmet. Som en del af denne lektion bør kvorumsmedlemmerne lægge planer i deres Pligt mod Gud-hæfte om at studere og efterleve standarderne i *Til styrke for de unge*. Bed på forhånd de unge mænd om at tage deres Pligt mod Gud-hæfte med i kirke. Bed dem om ved et kommende kvorumsmøde at fortælle om de oplevelser, de har haft, da de udførte deres planer.

- Du kan for at hjælpe de unge mænd til at lære om prisen for præstedømmets kraft medbringe forskellige genstande og bede de unge mænd om at gætte, hvor meget hver genstand er værd. Hvorfor er nogle genstande mere værd end andre? Hvad er mest værd i vores liv, og hvilken pris må vi »betale« for det? Du kan derefter opfordre de unge mænd til i præsident Russell M. Nelsons tale »Prisen for præstedømmets kraft« at se efter den pris, han sagde, at vi må betale for at udøve præstedømmet. Hvad er hans frygt for præstedømmebærere? Hvad beder han os om at være villige til at gøre?
- Bed de unge mænd om at læse Lære og Pagter 38:42; 121:34-46 og besvare følgende spørgsmål: Hvordan påvirker synd kraften i præstedømmet? Hvilke principper styrer brugen af præstedømmet? Lad de unge mænd fortælle om præstedømmebærere, de kender, som er et eksempel på de principper, der styrer præstedømmekraften (se *Pligt mod Gud*). Bed dem om at slå op på afsnittet »Udfør« i deres hæfte *Pligt mod Gud* (s. 17, 41 eller 65) og lægge planer for at blive mere værdig til præstedømmet gennem studium og efterlevelse af standarderne i *Til styrke for de unge*.
- Bed et af kvorumsmedlemmerne om at fortælle historien om Josef, der modstår Potifars hustru (se 1 Mos 39, 41), og bed en anden om at fortælle historien om David, der giver efter for fristelsen (se 2 Sam 11-12). Drøft i kvorummet, hvad vi lærer af disse historier om forholdet mellem kraften

i præstedømmet og personlig værdighed. Hvordan blev Josef velsignet for sin trofasthed? Hvad kunne David have gjort for at undgå sin tragedie? (Se *Pligt mod Gud*, s. 64). Lad de unge mænd slå op på »Udfør« afsnittet i deres hæfte *Pligt mod Gud* (s. 17, 41 eller 65) og lægge planer om at blive mere værdig til præstedømmet.

- Skriv på tavlen »Hvordan påvirker værdighed kraften i præstedømmet?«, og bed kворumsmedlemmerne om at fortælle om deres svar på dette spørgsmål. Bed dem om at tænke over dette, mens de læser de syv afsnit i ældste Neil L. Andersens tale »Præstedømmets kraft«, der begynder med vendingen: »Vi ved, at kraften i

det hellige præstedømmes«. Hvilke andre tanker har de unge mænd om virkningen af personlig værdighed på kraften i præstedømmet? Nævn nogle ting, der kan begrænse vores kraft i præstedømmet. Hvad kan vi gøre for at få adgang til større kraft i præstedømmet?

- Bed de unge mænd om at gennemgå ældste David A. Bednars tale »Himlens kræfter« eller se videoen »Præstedømmets kraft og præstedømmets myndighed«, mens de søger udsagn, der lærer dem om værdighed og præstedømmets kraft. Bed dem derefter om at fortælle kvorummet, hvad de har fundet frem til.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan værdighed påvirker kraften i præstedømmet? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan fortælle kvorummet om de planer, han har lagt, for at studere og anvende standarderne i Til styrke for de unge. Han kan også forklare, at kvorumsmedlemmerne i løbet af de næste par uger vil blive bedt om at fortælle, hvordan de bliver hjulpet til at leve værdigt til at udøve deres præstedømme, når de fuldfører deres planer.*

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren underviser ved ord og ved eksempel og beder os om at følge ham. Når du søger efter at følge Jesu Kristi eksempel og leve, så du er værdig til det præstedømme, du bærer, vil du være i stand til at undervise med kraft og myndighed.

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra David A. Bednar, »Himlens kræfter«, Liahona, maj 2012, s. 48-51

Præstedømmet er Guds myndighed, som er uddelegeret til menneskene, så mænd på jorden kan tjene til frelse af Guds børn (se Spencer W. Kimball, »The Example of Abraham«, *Ensign*, juni 1975, s. 3). Præstedømmet er det middel, hvorigennem Herren handler til frelse af menneskene. Et betegnende træk ved Jesu Kristi Kirke, både på hans tid og i dag, er hans myndighed. Man kan ikke tale om en sand kirke uden guddommelig myndighed.

Almindelige mænd overdrages præstedømmets myndighed. Værdighed og villighed – og ikke erfaring, ekspertise eller uddannelse – gør en mand egnet til præstedømmeordination.

Fremgangsmåden for overdragelse af præstedømmet beskrives i den femte trosartikel: »Vi tror, at en mand må kaldes af Gud ved profeti og ved håndspåleggelse af dem, der har myndighed dertil, for at kunne prædike evangeliet og forrette dets ordiancer.« Således modtager en dreng eller en mand præstedømmemyndighed og ordineres til et specifikt embede af en, som allerede bærer det præstedømme og er blevet bemyndiget af en leder med de nødvendige præstedømmenøgler.

Det forventes, at en præstedømmebærer udøver denne hellige myndighed i overensstemmelse med Guds hellige sind, vilje og hensigt. Der er intet selvcentreret ved præstedømmet. Præstedømmet bruges altid til at tjene, velsigne og styrke andre mennesker ...

Når vi gør vores bedste for at udføre vore præstedømmeansvar, kan vi blive velsignet med præstedømmets kraft. Kraften i præstedømmet er Guds kraft, som virker gennem mænd og drenge som os, og kræver personlig retskaffenhed, trofasthed, lydighed og flid. En dreng eller en mand kan gennem håndspåleggelse modtage præstedømmets myndighed, men han har ingen præstedømmekraft, dersom han er ulydig, uværdig eller uvillig til at tjene.

»Præstedømmets rettigheder er uadskilleligt forbundet med himlens kræfter og ... himlens kræfter [kan] ikke beherskes eller anvendes uden at det sker efter retfærdighedens principper.

At de kan overdrages os, det er sandt, men når vi forsøger at skjule vore synder eller at tilfredsstille vor stolthed, vor forfængelige ærgerrighed, eller at udøve magt eller herredømme eller tvang over menneskenes børns sjæle i nogen som helst grad af uretfærdighed, se, da trækker himlene sig tilbage, Herrens Ånd bedrøves, og når den trækker sig tilbage, så er det amen med den mands præstedømme, eller myndighed« (L&P 121:36-37; fremhævelse tilføjet).

Brødre, når en dreng eller mand modtager præstedømmemyndighed, men ikke gør det nødvendige for at kvalificere sig til præstedømmets kraft, så er det ikke antageligt for Herren. Både unge og ældre præstedømmebærere har brug for både myndighed og kraft – den nødvendige tilladelse og den åndelige evne for at repræsentere Gud i frelsesværket.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Neil L. Andersen, »Præstedømmets kraft«, Liahona, nov. 2013*

Vi ved, at kraften i det hellige præstedømme ikke virker uafhængigt af tro, Helligånden og åndelige gaver. Skriften advarer: Forkast ikke »Guds gaver, for de er mange . . . Og der er forskellige måder, hvorpå disse gaver bliver givet, men det er den samme Gud, som virker i . . . [dem] alle« (Moro 10:8).

## **Værdighed**

Vi ved, at værdighed er afgørende for at udføre og modtage præstedømmets ordinancer. Søster Linda K. Burton, Hjælpeforeningens hovedpræsident, har sagt: »Retskaffenhed er den kvalificerende kraft til at invitere præstedømmets kraft ind i vores liv« (Linda K. Burton, »Priesthood: ›A Sacred Trust to Be Used for the Benefit of Men, Women, and Children‹«, tale ved Brigham Young University Women's Conference, 3. maj 2013).

Tænk fx på, hvordan pornografi fejer som en pest over hele verden. Herrens standard for værdighed tillader ikke pornografi blandt dem, som forretter præstedømmets ordinancer. Frelseren har sagt:

»Omvend jer . . . fra jeres hemmelige vederstyggeligheder« (3 Ne 30:2).

»Øjet er legemets lys . . . men er dit øje mat, er hele dit legeme mørkt« (Matt 6:22-23).

»Enhver, som kaster et lystent blik på en andens hustru, har allerede begået ægteskabsbrud med hende i sit hjerte« (Matt 5:28; se også Alma 39:9).

Uværdig forrettelse af nadveren, velsignelse af de syge eller deltagelse i andre præstedømmeordinancer er, som ældste David A. Bednar har udtrykt det, at tage Herrens navn forfængeligt (se David A. Bednar, *Act in Doctrine*, 2012, s. 53). Hvis man er uværdig, bør man trække sig tilbage og ikke udføre præstedømmets ordinancer, bønsumt henvende sig til sin biskop som det første skridt i omvendelsen og vende tilbage til at holde befalingerne.



## Hvad er præstedømmet?

Præstedømmet er vor himmelske Faders evige magt og myndighed. Gennem præstedømmet har Gud skabt himlene og jorden og regerer over dem. Gennem denne magt forløser og ophøjer han sine børn. Han giver værdige præstedømmebærere myndighed til at administrere de frelsende ordinancer. Alle vor himmelske Faders børn kan modtage disse ordinancer og nyde godt af præstedømmets kraft og velsignelser.

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklider, mens du forbereder dig. Hvad føler du dig tilskyndet til at fortælle koorummet om?*

Matt 3:1-6; 28:19; Joh 15:16 (Præstedømmebærere forkynder evangeliet)

ApG 3:1-8; Jak 5:14-15 (Præstedømmebærere giver velsignelser for at helbrede de syge og hjemsøgte)

Hebr 5:4 (Præstedømmebærere er kaldet af Gud)

3 Ne 11:12; 18:1-5; L&P 107:20 (Præstedømmebærere forretter ordinancer)

L&P 20:38-67 (Præstedømmebæreres pligter)

L&P 65:2; 124:123 (Præstedømmebærere hjælper med at lede Kirken)

L&P 121:34-46 (Præstedømmemyndigheden virker udelukkende ved retfærdighedens principper)

Thomas S. Monson, »Præstedømmet – en hellig gave«, *Liahona*, maj 2015, s. 88-90

Dieter F. Uchtdorf, »Glæden ved præstedømmet«, *Liahona*, nov. 2012, s. 57-60

M. Russell Ballard, »Dette er min gerning og herlighed«, *Liahona*, maj 2013, s. 18

»Præstedømmet«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 123-128

Videor: »Præstedømmevelsignelser er tilgængelige for alle«, »Guds kraft«, »Præstedømmets velsignelser«

På hvilke måder har præstedømmet velsignet dig? Hvilke gode oplevelser har du haft med præstedømmet, som du kan fortælle de unge mænd om?

Hvad kan du gøre inden kvorumsmødet for at finde ud af, hvad de unge mænd hver især ved om præstedømmet? Hvilke oplevelser har de haft med at benytte præstedømmet? Hvordan kan dette påvirke, hvad du beslutter at undervise om?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed på forhånd en ung mand om at forberede sig til at fortælle, hvad han lærte af sidste uges lektion. Tilskynd ham til at fortælle, hvad han følte, og bære sit vidnesbyrd.
- Bed de unge mænd om at lave et rollespil over en samtale, hvor en ven fra en anden trosretning spørger: »Hvad er præstedømmet?« Hvordan vil de beskrive præstedømmet? Hvilke oplevelser kunne de fortælle om? Fortæl de unge mænd om definitionen på præstedømmet i begyndelsen af dette oplæg, eller vis videoen »Præstedømmets velsignelser er tilgængelige for alle« og spørg dem, hvilke yderligere sandheder de lærer om præstedømmet.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kворumsmedlemmerne til at forstå præstedømmet. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Del kvorummet op i grupper og giv hver gruppe en af historierne fra præsident Thomas S. Monsons tale »Præstedømmet – en hellig gave«. Bed hver gruppe om at sammenfatte historien for kvorummet og fortælle om, hvad præsident Monson lærte om præstedømmet af hans oplevelse. Hvilke oplevelser har de unge mænd haft, som har styrket deres vidnesbyrd om præstedømmet?
- Bed et kvorumsmedlem om at give en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan fra Pligt mod Gud om at lære og undervise om præstedømmet og præstedømmenøgler (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42 eller 66).
- Del kvorummet op i små grupper. Tildel hver gruppe et eller flere af de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg, og bed dem om i disse skriftsteder at finde præstedømmebæreres pligter. Bed dem om at bladde igennem hæftet *Evangelisk kunst* og finde billeder af personer, der udfører præstedømmepligter. Bed dem om at forklare, hvordan andre bliver velsignet gennem denne tjeneste. Lad de unge mænd fortælle om deres oplevelser med at udføre deres præstedømmepligter og beskrive, hvordan deres tjeneste påvirker andre.
- Skriv på tavlen: »Hvilke velsignelser modtager du på grund af præstedømmet?« Lad de unge mænd overveje dette spørgsmål og udveksle deres svar. Vis en af videoerne, der er nævnt i dette oplæg, eller læs sammen de første ni afsnit af ældste M. Russell Ballards tale »Dette er min gerning og herlighed«. Vis en af de videoer, der er nævnt i dette oplæg, og bed

## Undervisningstip

»Bær vidnesbyrd, når Ånden tilskynder dig dertil, ikke kun ved lektionens afslutning. Giv dem, som du underviser, mulighed for at bære vidnesbyrd« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 45).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stolede på sine disciple, han forberedte dem og gav dem vigtige opgaver med at undervise, velsigne og tjene andre. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at blive omvendt til læren om præstedømmet, så det bliver en del af deres tilværelse at tjene andre?

de unge mænd om at finde svar på spørgsmål såsom »Hvad er præstedømmet?« og »Hvordan velsigner præstedømmet os?« Opfordr de unge mænd til at skrive i deres dagbog eller i hæftet *Min Slægt* beretninger om, hvordan præstedømmet har velsignet deres familie. Bed dem om at spørge deres forældre eller andre familiedømmede om hjælp.

- Bed de unge mænd om at finde personer i skrifterne, der blev velsignet af præstedømmet (de kan

eventuelt få ideer ved at se i de skriftsteder, der er nævnt i dette oplæg). Bed dem om at fortælle om de eksempler, som de finder, og hvordan de selv har oplevet præstedømmets kraft. Læs sammen i kvorummet de første fire afsnit af den sidste del af præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »Glæden ved præstedømmet«. Hvad føler præsident Uchtdorf for præstedømmet? Hvad betyder præstedømmet for præsident Uchtdorf? Lad de unge mænd fortælle, hvad det betyder for dem at bære præstedømmet.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en større forståelse af præstedømmet? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kvorumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad han føler for præstedømmet, og hvad det betyder for ham.
- Udfordre kvorumsmedlemmerne til at fortælle et familiemedlem eller en ven om det, de har lært og følt om præstedømmet i dagens klasse.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra »Præstedømmet«, Tro mod sandheden, 2005, s. 123-128*

## **Præstedømmekvorummer**

Et kворum i præstedømmet er en organiseret gruppe brødre, der har det samme embede. Hovedformålene med kvorummer er at tjene andre, opbygge harmoni og broderskab samt belære hinanden om lærdomme, principper og pligter.

Der eksisterer kvorummer på alle planer i Kirkens organisation. Præsidenten for Kirken og hans

rådgivere udgør Det Første Præsidentskabs Kvorum. De Tolv Apostle udgør også et kvorum. Halvfjerdserne, både generalautoriteter og områdeautoriteter, er organiseret i kvorummer. Hver eneste stavspræsident præsiderer over et kvorum af højpræster, der består af alle højpræsterne i staven. Hver eneste menighed og gren har normalt kvorummer, som består af ældster, præster, lærere og diakoner. Højpræsterne er i større menigheder organiseret i og tjener i højpræstegrupper.



## Hvad er præstedømmets nøgler?

Præstedømmets nøgler er den myndighed, som vor himmelske Fader har overdraget til præstedømmeledere, til at lede udøvelsen af hans præstedømme på jorden. Jesus Kristus har alle præstedømmets nøgler. »Nøglerne til denne uddeling«, som er nødvendige for at lede Kirken, blev overdraget til profeten Joseph Smith (se L&P 110:16). I dag har medlemmerne af Det Første Præsidentskab og De Tolv Apostles Kvorum disse nøgler. Præstedømmets nøgler overdrages også til præsidentskabet for De Halvfjerds, samt præsidenter for templer, missioner, stave og distrikter; biskopper; og grens- og kvorumspræsidenter – deriblandt kvorumspræsidenter i Det Aronske Præstedømme.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad vil hjælpe de unge mænd til at forstå præstedømmenøglerne?*

Matt 16:18-19 (Peter bliver lovet nøglerne til Guds rige)

myndighed til at udøve alle præstedømmets nøgler)

Mosi 25:19 (Mosija gav Alma myndighed til at oprette Kirken)

Gary E. Stevenson, »Hvor er præstedømmets nøgler og myndighed?«, *Liahona*, maj 2016, s. 29-32

L&P 65:2 (Præstedømmenøglerne er nødvendige for, at evangeliet kan have fremgang)

Dallin H. Oaks, »Præstedømmets nøgler og myndighed«, *Liahona*, maj 2014

L&P 124:123, 142-143 (Præsidenter bærer præstedømmenøgler til at lede arbejdet i tjenestegerningen)

»Præstedømmets nøgler«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 126

L&P 132:7 (Kirkens præsident er den eneste person på jorden, der har

Videoer: »Lær din pligt«; »Gengivelsen af præstedømmets nøgler«; »Præstedømmet: En mulighed for at tjene«

Tænk på præstedømmeledere fra dit liv. Hvorfor er det vigtigt for dig at opretholde dem, der har præstedømmets nøgler? Hvilke oplevelser har du haft med at opretholde Kirkens ledere, som du kan fortælle de unge mænd om?

Hvad kan du gøre for at hjælpe de unge mænd til at forstå betydningen af præstedømmenøgler i Kirken? Hvordan kan du hjælpe kvorumspræsidenten til at benytte sine præstedømmenøgler til at velsigne kvorumsmedlemmerne?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed to unge mænd om at fortælle om noget, de husker fra sidste uges lektion, og hvordan det har påvirket deres handlinger i løbet af ugen.
- Bed de unge mænd om at drøfte følgende situation: Hvis du var på ferie et sted, hvor der ikke var en kirke, kunne du så administrere naderen til din familie? Bed som en del af denne samtale de unge mænd om at overveje og besvare spørgsmål som de følgende: Hvad er præstedømmenøgler? Hvem har præstedømmenøgler i Kirken? Tilskynd dem til at se efter svar, mens de læser »Præstedømmets nøgler« på s. 126 i *Tro mod sandheden*, eller se videoen »Gengivelsen af præstedømmets nøgler«.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kворumsmedlemmerne til at forstå præstedømmenøglerne. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Som forberedelse til kvorumsrådet beder du kvorumspræsidenten om at gennemse videoen »The Priesthood, an Opportunity to Serve« (Præstedømmet: En mulighed for at tjene). Under kvorumsrådet beder du ham om at fortælle, hvad han har lært om, hvad det vil sige at have præstedømmenøgler. Dette kan han gøre som led i sin plan fra Pligt mod Gud om at lære og undervise om præstedømmet og præstedømmenøgler (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42 eller 66).
- I sin tale »Hvor er præstedømmets nøgler og myndighed?« forklarer ældste Gary E. Stevenson præstedømmets nøgler ved at sammenligne dem med bilnøgler. Når de unge mænd læser denne analogi, så bed dem om at se efter, hvad der i analogien repræsenterer præstedømmet, præstedømmets nøgler og præstedømmeledere, som bærer nøgler. Hvordan foreslår ældste Stevenson, at unge kan »finde nøglerne?« Hvordan kan vi følge hans råd? Lad de unge mænd finde på deres egen illustration, som de kan benytte til at forklare præstedømmenøgler.
- Skriv følgende skriftstedshenvisninger på tavlen: Matt 16:18-19; L&P 124:123, 142-143; L&P 132:7. Bed kvorumsmedlemmerne om at læse hvert skriftsted og med én sætning opsummere, hvad verset lærer dem om præstedømmenøgler. Bed de unge mænd om hver især at læse en af deres opsummeringer højt, og få de andre unge mænd til at finde ud af, hvilket skriftsted han taler om. Spørg kvorumsmedlemmerne, hvorfor det er vigtigt for dem, at præstedømmenøglerne findes på jorden i dag.

## Undervisningstip

»Stil spørgsmål, som kræver, at eleverne finder svar i skrifterne og de sidste dages profeters lærdomme« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 62).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren kaldte og indsatte ledere, der skulle lede og styre hans kirke (se Matt 10:1-5). Hvordan kan du hjælpe kvorumsmedlemmerne til at føle taknemlighed for dem, der er kaldet til at tjene og hjælpe dem?

- Vis videoen »Lær din pligt«. Hvad beder bror Gibson kvorumspræsidentskaberne om at gøre? Hvad beder han kvorumsmedlemmerne og vejlederne om at gøre? Hvad kan vi gøre for at handle ifølge det? Overvej at bede kvorumspræsidenten om at lede denne drøftelse.
- Bed hvert medlem af kvorummet om at læse ældste Dallin H. Oaks tale »Præstedømmets nøgler og myndighed« og skrive et kort afsnit, som med deres egne ord opsummerer, hvad han har lært om præstedømmets nøgler. Afsæt tid til, at de unge mænd kan fortælle, hvad de har skrevet og til at spørge, hvis de er i tvivl om noget angående præstedømmets nøgler.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en bedre forståelse af præstedømmets nøgler? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan -*

- Fortælle om sine følelser omkring betydningen af det første syn.
- Invitere medlemmer af kvorummet til at fortælle andre om de sandheder, de har lært i dag.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Dallin H. Oaks, »Præstedømmets nøgler og myndighed«, Liahona, maj 2014, s. 49-50*

Da Hjælpeforeningens hovedpræsident Linda K. Burton holdt tale ved en kvindekongress, sagde hun: »Vi håber at kunne indgyde et større ønske i hver eneste af os om at forstå præstedømmet bedre« (Linda K. Burton, »Priesthood: A Sacred Trust to Be Used for the Benefit of Men, Women, and Children«, tale ved Brigham Young University Women's Conference, 3. maj 2013, s. 1; [womensconference.ce.byu.edu/transcripts](http://womensconference.ce.byu.edu/transcripts)). Det behov gælder os alle, og jeg vil tage det op ved at tale om præstedømmets nøgler og myndighed ...

Den forståelse, vi søger, begynder med en forståelse af præstedømmets nøgler. »Præstedømmets nøgler er den myndighed, som Gud har overdraget præstedømme[bærere] til at lede, føre tilsyn med og styre anvendelsen af sit præstedømme på jorden« (*Håndbog 2: Forvaltning af Kirken*, 2010, 2.1.1). Enhver handling eller ordinance i Kirken foretages direkte eller indirekte under bemyndigelse af en, der har nøgler til denne funktion. Som ældste M. Russell Ballard har forklaret: »De, der har præstedømmenøgler ... gør det bogstaveligt talt muligt for alle, der tjener eller arbejder trofast under deres vejledning, at udøve præstedømmemyndighed og have adgang til præstedømmets kraft« (»Mænd og kvinder i Herrens værk«, *Liahona*, apr. 2014, s. 48; se også *Døtre i mit rige: Hjælpeforeningens historie og virke*, 2011, s. 138).

Ved kontrollen med udøvelsen af præstedømmets myndighed er anvendelsen af præstedømmets nøgler både rummelig og begrænset. Den er rummelig,

eftersom den gør det muligt, at præstedømmets myndighed og velsignelser er tilgængelige for alle Guds børn. Den er begrænset ved at forordne, hvem der får præstedømmets myndighed, hvem der kan besidde præstedømmets embeder, og hvordan dets rettigheder og kraft skal overdrages. Eksempelvis kan en person, der bærer præstedømmet, ikke overdrage sit embede eller sin myndighed til en anden, medmindre det er godkendt af en, der har nøglerne. Uden den bemyndigelse er ordinationen ugyldig. Det forklarer, hvorfor en præstedømmebærer – uanset embede – ikke kan ordinere en i familien eller forrette nadveren i sit eget hjem uden bemyndigelse fra den, der besidder de rette nøgler.

Bortset fra den hellige tjeneste, som søstre udfører i templet under de nøgler, tempelpræsidenten har, og som jeg efterfølgende vil beskrive, kan kun en person, der besidder et præstedømmeembede, virke i en præstedømmeordinance. Og alle bemyndigede præstedømmeordinancer registreres i Kirkens optegnelser.

I sidste instans indehaves alle præstedømmenøgler af Herren Jesus Kristus, hvis præstedømme det er. Det er ham, der afgør, hvilke nøgler der uddeles til menneskene, og hvordan disse nøgler skal anvendes. Vi tager det som en selvfølge, at alle præstedømmets nøgler blev overdraget til Joseph Smith i templet i Kirtland, men skriften fastslår, at alt, hvad der blev overdraget, var »nøglerne til denne uddeling« (L&P 110:16). Ved en generalkongress for mange år siden mindede præsident Spencer W. Kimball os om, at der er andre præstedømmenøgler, som ingen mennesker på jorden har fået overdraget, herunder skabelsens og opstandelsens nøgler.

# Udvalgte materialer

---

Den hellige natur i de begrænsninger, der lægges på udøvelsen af præstedømmets nøgler, forklarer en væsentlig forskel på beslutninger i Kirkens administrative anliggender og beslutninger, der påvirker præstedømmet. Det Første Præsidentskab og rådet for Det Første Præsidentskab og De Tolvs Kvorum, der præsiderer over Kirken, har bemyndigelse til at træffe mange beslutninger angående Kirkens

retningslinjer og fremgangsmåder – anliggender som fx placeringen af kirkebygninger og alderen for at tjene på mission. Men selv om disse præsiderende myndigheder har og udøver alle de nøgler, der er uddelegeret til menneskene i denne uddeling, kan de ikke tillade sig at ændre på det guddommeligt forordnede mønster om, at kun mænd kan have embeder i præstedømmet.



## Hvad er mine pligter som bærer af Det Aronske Præstedømme?

Herren har sagt, at enhver mand, der er blevet ordineret til præstedømmet, bør »lære sin pligt og ... handle med al flid« (L&P 107:99). Som bærere af Det Aronske Præstedømme udfører vi præstedømmeordinancer, tjener andre og indbyder alle til at komme til Kristus.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad kan du fortælle de unge mænd, som kan hjælpe dem til at forstå deres pligter?*

L&P 20:46-59; 84:111 (Bærere af Det Aronske Præstedømme administrerer ordinancer og indbyder alle til at komme til Kristus)

L&P 84:33-34; 107:99 (Bærere af Det Aronske Præstedømme bør lære deres pligter og være trofaste i at udføre dem)

L&P 107:68 (Bærere af Det Aronske Præstedømme tjener andre, når de bistår biskoppen med at forvalte alt det timelige)

Henry B. Eyring, »Evlige familier«, *Liahona*, maj 2016, s. 81-84

Henry B. Eyring, »I er ikke alene i dette værk«, *Liahona*, nov. 2015, s. 80-83

Henry B. Eyring, »Præstedømmebæreren«, *Liahona*, maj 2014

*Udførelse af min Pligt mod Gud*, 2010, s. 23, 46-47, 70-71

Videor: »Udførelse af din pligt mod Gud«, »Tro på præstedømmet«

Tænk på, hvordan du havde det, da du modtog Det Aronske Præstedømme. Hvad betød det for dig at have denne myndighed? Hvordan bliver dine tanker og handlinger påvirket af, at du bærer præstedømmet?

De fleste bærere af Det Aronske Præstedømme er klar over deres pligt med hensyn til at forrette naderen, men de er måske ikke klar over deres pligt til at tjene andre og indbyde andre til at komme til Kristus. Hvad kan du gøre for at hjælpe de unge mænd til at blive klar over og udføre alle deres præstedømmepligter?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorums møde.*



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle noget, de husker fra sidste uges lektion. Har de stadig spørgsmål? Hvordan har de efterlevet det, de lærte sidste uge?
- Skriv de tre kategorier af præstedømmepligter, som foreslået i *Pligt mod Gud*, op på tavlen: »Udfør præstedømmeordinancerne«, »Tjen andre« og »Indbyd alle til at komme til Kristus«. Bed de unge mænd om at skrive så mange som muligt af deres præstedømmepligter under hver kategori på tavlen. Henvi i løbet af lektionen til listen og supplér den, efterhånden som de unge mænd opdager andre pligter.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå deres pligter som bærere af Det Aronske Præstedømme. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om på et papir at skrive om en oplevelse, hvor de fik hjælp fra vor himmelske Fader. Læg papirerne i en beholder og bed de unge mænd om at vælge et papir og læse det for klassen. Du kan også lægge beretninger fra præsident Henry B. Eyrings tale »I er ikke alene i dette værk« i beholderen. Hvad lærer disse beretninger og oplevelser de unge mænd om, hvordan Herren vil hjælpe dem i deres præstedømme-tjeneste? Nogle kvorumsmedlemmer er måske i gang med at arbejde på afsnittet »Præstedømmepligter« i deres *Pligt mod Gud* (se *Pligt mod Gud*, s. 23-29, 46-53 og 70-77). Bed en eller flere om at fortælle om deres oplevelser.
- Bed de unge mænd om at læse om deres præstedømmepligter i L&P 20:46-59 og *Pligt mod Gud* (s. 23, 46-47 og 70-71). Bed dem om at finde præstedømmepligter og skrive dem på tavlen. Spørg de unge mænd, hvilke pligter de har lært om, som de ikke vidste, at de havde. Hvad kan de gøre for at udføre disse pligter?
- Lad de unge mænd søge i skrifterne efter eksempler på personer, der udførte deres præstedømmepligter (fx Matt 3:1-6, 13-17; Jakob 1:18-19; Alma 15:16-18; 3 Ne 18:1-5). Bed dem om at fortælle om deres eksempler og finde ud af, hvilken af kategorierne fra *Pligt mod Gud* eksemplet hører under (»Udfør præstedømmeordinancerne«, »Tjen andre« eller »Indbyd alle til at komme til Kristus«). Hvordan blev personerne fra disse skriftsteder velsignet på grund af deres tjeneste i præstedømmet?

### Undervisningstip

»Når du ved hjælp af bøn forbereder dig til at undervise ... [kan du] blive vejledt til at fremhæve bestemte principper. Du kan nå til en forståelse af, hvordan du bedst kan forelægge visse tanker. Du kan få øjnene op for eksempler, illustrationer, og inspirerende historier i livets enkle gøremål. Du kan føle dig tilskyndet til at bede en bestemt person om at hjælpe med lektionen. Du kan blive mindet om en personlig oplevelse, som du kan fortælle om« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 47-48).

- Bed de unge mænd om at læse dele af præsident Henry B. Eyrings taler »Evige familier« eller »Præstedømmebæreren« (eller se videoen »Tro på præstedømmet«) og fortælle, hvad der inspirerer dem til at udføre deres præstedømmepligter, i deres familie eller andre steder. Bed de unge mænd om at skrive om en oplevelse, de har haft, hvor de udøvede præstedømmet eller lærte af en anden præstedømmebærers eksempel. Hvordan har det været en velsignelse for de unge mænd og deres familie, at de bærer præstedømmet?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en bedre forståelse for deres præstedømmepligter? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Det medlem af kворumspræsidentskabet, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Opfordre de unge mænd til at lægge planer i et af »Præstedømmepligter«-afsnittene i deres hæfte *Pligt mod Gud*, og fortælle hinanden, hvilke planer de lægger.
- Udfordre kворumsmedlemmerne til at fortælle et familiemedlem om noget, de har lært om deres præstedømmepligter.

## Undervisning på Frelserens måde

I alle situationer var Frelseren et eksempel og en mentor for sine disciple. Han lærte dem at bede ved at bede sammen med dem. Han lærte dem at elske og tjene gennem den måde, han elskede og tjente på. Han lærte dem at undervise i sit evangelium gennem den måde, han underviste i det. Hjælp de unge mænd til at fuldføre deres pligter ved at undervise om evangeliet, som Frelseren underviste.



## Hvorfor skal jeg udføre en mission?

Præsident Thomas S. Monson har sagt: »Alle værdige unge mænd bør forberede sig på at tage på mission. Missionering er en præstedømmepligt – en forpligtelse, som Herren forventer af os, der er blevet skænket så rigeligt. Unge mænd, jeg formaner jer til at berede jer på at tage på mission« (»Vi mødes atter«, *Liahona*, nov. 2010, s. 5-6).

Tænk på den glæde du eller nogen, du kender, oplevede, mens de udførte en fuldtidsmission. Hvilke velsignelser har du modtaget på grund af missionering?

Hvilke oplevelser har de unge mænd haft omkring at fortælle andre om evangeliet? Hvad kan du gøre for at hjælpe bærere af Det Aronske Præstedømme til at få et større ønske om at udføre en mission?

---

### Forbered dig åndeligt

*Studer bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du vil inspirere de unge mænd til at forberede sig til missionering?*

Matt 28:19-20; L&P 50:13-14; 88:81  
(Vi har en pligt til at fortælle om evangeliet)

L&P 4 (Egenskaber, der gør os egnede til at tjene Herren)

L&P 18:9-16 (Sjæles værdi er stor i Guds øjne)

Neil L. Andersen, »Forbered verden på det andet komme«, *Liahona*, maj 2011, s. 49-52; se også videoen »Jeres tid til en mission«

W. Christopher Waddell, »Jeres livs chance«, *Liahona*, nov. 2011, s. 50-52

Video: »Missionering: En præstedømmepligt«

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Lad de unge mænd bruge omkring et minut på at nedskrive alt, hvad de kan huske fra sidste uges lektion. Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de har skrevet.
- Del de unge mænd op i grupper, og bed dem om at drøfte mulige svar på spørgsmålet: »Hvorfor skal jeg udføre en fuldtidsmission?« Bed en ung mand fra hver gruppe om at skrive nogle af deres svar på tavlen.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvorfor de skal tage på mission. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Lad de unge mænd læse Lære og Pagter 18:9-16 på egen hånd og lede efter svar på spørgsmålet: »Hvorfor har Herren givet præstedømmebærere pligt til at forkynde evangeliet?« Bed et par af dem om at fortælle kvorummet om deres svar. Hvorfor er sjæles værdi stor i Guds øjne? Hvilke oplevelser har de unge mænd haft med at forkynde evangeliet, som de kan fortælle kvorummet om?
- Vis videoen »Missionering: En præstedømmepligt«. Bed nogle unge mænd om at fortælle, hvad de føler angående præsident Monsons ord. Tilskynd de unge mænd til at nedskrive, hvorfor de gerne vil udføre en fuldtidsmission, og bed dem om at placere det, de har skrevet, et sted, hvor det vil minde dem om deres ønske om at tjene.
- Læs sammen et eller flere af de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg, og spørg derpå de unge mænd, hvordan de tror, at verden ville være, hvis alle kendte til og efterlevede evangeliet. Hvilke problemer og udfordringer i vores verden ville blive løst, hvis vi efterlevede evangeliet? Hvordan er dit liv anderledes på grund af evangeliet?
- Vis videoen »Jeres tid til en mission« (eller læs sammen i kvorummet Sid Goings oplevelser i ældste Neil L. Andersens tale »Forbered verden på det andet komme«). Bed kvorumsmedlemmerne om at nævne noget, der måske kan afholde unge mænd fra at tage på mission. Hjælp dem til at sammenligne denne liste med de store velsignelser, der kommer af at tage på mission.
- Skriv spørgsmålet fra dette oplægs titel på tavlen. Bed kvorummet om at se efter svar på dette spørgsmål, når de læser Lære og Pagter 4:2-4 eller følgende udtalelse af præsident Russell M. Nelson: »Beslutningen om at tage på mission former den åndelige skæbne for missionæren, hans

## Undervisningstip

»En dygtig lærer tænker ikke: ›Hvad skal jeg gøre i klassen i dag?‹ eller ›Hvad vil jeg undervise i i dag?‹ Han spørger: ›Hvad vil mine elever gøre i klassen i dag?‹ og ›Hvordan kan jeg hjælpe mine elever med at opdage det, som de har behov for at vide?« (Virginia H. Pearce i *Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 61).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede sine disciple til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. Han fandt muligheder for, at de kunne lære gennem erfaring (se Luk 5:1-11). Hvad kan de unge mænd gøre nu, der vil inspirere dem til et ønske om at udføre en fuldtidsmission?

eller hendes ægtefælle og deres efterkommere i flere generationer. Ønsket om at tjene er et naturligt resultat af ens omvendelse, værdighed og forberedelse« (»Spørg missionærerne! De kan hjælpe jer!«, *Liahona*, nov.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvorfor de skal udføre en fuldtidsmission? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad han gør nu for at forberede sig til at udføre en fuldtidsmission.
- Tilskynde kvorummet til at sætte sig et mål om at lære Lære og Pagter afsnit 4 udenad i løbet af de næste par måneder.
- Bede kvorumsmedlemmerne om at fuldføre en af aktiviteterne om at forberede sig til en fuldtidsmission fra hæftet *Pligt mod Gud* (s. 87-88).

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Neil L. Andersen, »Forbered verden på det andet komme«, Liahona, maj 2011, s. 49-52*

De, der følger med i rugby ved, at det new zealandske landshold All Blacks, et navn de har fået på grund af farven på deres tøj, er det mest berømte hold nogensinde (se stats.allblacks.com). At blive udtaget til »All Blacks«-holdet i New Zealand kan sammenlignes med at spille på et amerikansk Superbowl-hold eller et hold til VM i fodbold.

I 1961 blev Sidney Going i en alder af 18 år og som bærer af Det Aronske Præstedømme en new zealandsk rugbystjerne. På grund af sine bemærkelsesværdige evner mente mange, at han ville blive udtaget til det kommende års nationale rugbyhold »All Blacks«.

Som 19-årig erklærede Sid på et afgørende øjeblik på vej mod toppen i sin rugbykarriere, at han ville tilsidesætte rugby og tage på mission. Nogle sagde, at han var skør. Andre mente, han var tåbelig (se Bob Howitt, *Super Sid: The story of a great All Black*, 1978, s. 27). De indvendte, at hans chance i rugby måske aldrig kom igen.

For Sid gjaldt det ikke dét, han forlod – det var muligheden og ansvaret, der ventede forude. Han havde en præstedømmepligt til at give to år af sit liv for at fortælle, at Herren Jesus Kristus og hans gengivne evangelium virkelig findes. Intet – ikke engang muligheden for at spille på landsholdet med al den hyldest, det ville medføre – kunne afholde ham fra at udføre den pligt (telefonsamtale med præsident Maxwell Horsford, Kaikohe Stav i New Zealand, marts 2011).

Sid blev kaldet af Guds profet til at tjene i missionen for det vestlige Canada. For 48 år siden i denne måned rejste den 19-årige ældste Sidney Going fra New Zealand for at tjene som missionær for Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige.

Sid fortalte mig om en oplevelse, han havde på sin mission. Det var aften, og han og hans kammerat skulle lige til at vende tilbage til deres lejlighed. De besluttede at besøge endnu en familie. Faderen lukkede dem ind. Ældste Going og hans kammerat vidnede om Frelseren. Familien tog imod en Mormons Bog. Faderen læste hele natten. I løbet af den næste halvanden uge læste han hele Mormons Bog, Lære og Pagter og Den Kostelige Perle. Et par uger senere blev familien døbt (telefonsamtale med ældste Sidney Going, marts 2011).

En mission i stedet for en plads på New Zealands All Blacks' hold? Sid svarede: »Velsignelsen ved at føre andre til evangeliet opvejer langt mere end noget andet det, man nogensinde kommer til at ofre« (e-mailkorrespondance fra ældste Sidney Going, mar. 2011).

I spekulerer sikkert på, hvad der skete med Sid Going efter hans mission. Allervigtigst: Et evigt ægteskab med sin udkårne, Colleen, fem prægtige børn og en stor flok børnebørn. Han har levet sit liv i fuld tillid til sin Fader i himlen, holdt befalingerne og tjent andre.

Og rugby? Efter sin mission blev Sid Going en af de største halfback i All Blacks' historie, spillede 11 sæsoner og var i mange år holdets anfører (se stats.allblacks.com/asp/profile.asp?ABID=324).

# Udvalgte materialer

---

Hvor god var Sid Going? Han var så god, at trænings- og spilleplaner blev ændret, fordi han ikke ville spille om søndagen (telefonsamtale med præsident Maxwell Horsford, Kaikohe Stav i New Zealand, marts 2011). Sid var så god, at Englands dronning anerkendte hans bidrag til rugby (Sid Going modtog en MBE [Member of the Order of the British Empire] i 1978 for sine bidrag til rugby [se Howitt, *Super Sid*, s. 265]). Han var så god, at en bog med titlen »Super Sid« blev skrevet om ham.

Hvad nu hvis Sid ikke havde oplevet al den ære efter sin mission? Et af de største mirakler ved missionærtjeneste i denne kirke er, at Sid Going og tusinder af andre som han ikke har spurgt: »Hvad får jeg ud af min mission?« men snarere: »Hvad kan jeg yde?«

Jeres mission bliver en hellig mulighed for at føre andre til Kristus og være med til at forberede Frelsens andet komme.



## Hvad vil det sige at opretholde vore ledere i Kirken?

Som medlemmer af Kirken har vi muligheden for at opretholde dem, som Herren har kaldet til at tjene. Når vi rækker højre hånd i vejret, viser vi, at vi opretholder generalautoriteterne og Kirkens funktionærer samt alle ledere i menigheder og stave – deriblandt kворumspræsidentskaberne i det Aronske Præstedømme. Opretholdelse af ledere betyder mere end blot at løfte hånden – det betyder, at vi står bag dem, beder for dem, accepterer opgaver og kaldelser fra dem, lytter til deres råd og afholder os fra at kritisere dem.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpeskilder. Hvad vil inspirere kvoorummets medlemmer til at opretholde deres ledere i Kirken?*

2 Mos 17:8-12 (Aron og Hur holder Moses' hænder oppe)

L&P 21:1-6; 124:45-46 (De, der giver agt på Herrens tjeneres stemme, vil blive velsignet)

1 Ne 18:9-14; L&P 84:23-25 (Eksempler på folk, som har afvist deres ledere)

1 Kong 17:8-16; 2 Kong 5:8-14 (Eksempler på folk, som støttet deres ledere)

Henry B. Eyring, »Kaldet af Gud og opretholdt af folket«, *Liahona*, juni 2012, s. 4-5

James E. Faust, »Kaldet og udvalgt«, *Liahona*, nov. 2005, s. 53-55

Russell M. Nelson, »Opretholdelse af profeten«, *Liahona*, nov. 2014, s. 74-77

Hvad gør du for at opretholde kirkeledere? Hvordan er du blevet velsignet ved at gøre det?

Hvornår har du set bærere af det Aronske Præstedømme opretholde Kirkens ledere – heriblandt biskoppen eller medlemmer af deres eget kворumspræsidentskab? Hvilke oplevelser kan de fortælle hinanden?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvoorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle, hvordan de har anvendt det, de lærte sidste uge. Har de noget spørgsmål til eller yderligere indsigt til det, som de lærte?
- Bed de unge mænd om at finde ord, der betyder det samme som *opretholde*. Bed dem skrive navnene på lederne i menigheden på tavlen, heriblandt deres kvorumspræsidentskab. Hvad gør de unge mænd for at opretholde disse ledere?
- Skriv denne lektions titel på tavlen, og bed de kvorumets medlemmer

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvad det vil sige at opretholde Kirkens ledere. Følg Åndens vejledning, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om før kvorumsmødet at læse præsident Russell M. Nelsons tale »Opretholdelse af profeten« og komme forberedt til at fortælle om noget fra talen, der inspirerer dem til at opretholde præsident Thomas S. Monson.
- Del klassen op i grupper, og giv hver gruppe enten en del af præsident James E. Fausts tale »Kaldet og udvalgt« eller L&P 124:45-46. Bed dem om at lede efter velsignelser, der bliver lovet dem, der opretholder deres ledere, og advarslerne til dem, der ikke gør det. Lad dem fortælle, hvad de finder frem til, og gengive historier fra talen, der illustrerer disse velsignelser og advarsler.
- Bed de unge mænd om at læse 2 Mos 17:8-12 på egen hånd, og lad en af dem opsummere historien med sine egne ord. Hvordan finder denne historie anvendelse på os, når vi opretholder vore kirkeledere? Hvordan kan vi være som Aron og Hur, når vi opretholder kvorumspræsidenten eller andre ledere?
- Bed nogle af de unge mænd om at finde folk fra skrifterne, der forkastede deres ledere, såsom Laman og Lemuel (se 1 Ne 18:9-14) eller Israels børn (se L&P 84:23-25). Bed resten af de unge mænd om at finde eksempler på folk, der fulgte deres ledere, såsom enken fra Sarepta (se 1 Kong 17:8-16), og Na'aman (2 Kong 5:8-14). Lad dem fortælle deres historier og forklare, hvad disse historier belærer om konsekvenserne ved at forkaste eller ære præstedømmeledere.
- Bed de unge mænd om at læse præsident Henry B. Eyrings artikel »Kaldet af Gud og opretholdt af folket«, og se efter måder, hvorpå vi opretholder vore præstedømmeledere. Medbring nogle af Kirkens

### Undervisningstip

»For at hjælpe eleverne med at forberede sig på at besvare spørgsmål, kan du, inden noget bliver læst op eller præsenteret, fortælle dem, at du vil bede dem om at besvare noget herom ... Du kan fx sige: »Lyt, når jeg læser dette skriftsted op, så I kan fortælle, hvad der interesserer jer mest ved dette« eller »se, mens dette skriftsted bliver læst op, om I kan forstå, hvad Herren fortæller os om tro« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 69).

tidsskrifter, og bed de unge mænd om at finde og vise billeder fra tidsskriftet, der skildrer, hvordan man kan opretholde præstedømmeledere. Hvad gør de unge mænd for

at opretholde deres ledere, heriblandt deres kvorumspræsidentskab? Hvad kan de sige, hvis de hører nogen kritisere en præstedømmeleder?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvad det vil sige at opretholde Kirkens ledere? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan –*

- fortælle, hvad han føler for de præstedømmeledere, der er blevet kaldet til at præsidere nu.
- lede en kort drøftelse af, hvad kvorumsmedlemmerne kan gøre for i højere grad at opretholde deres præstedømmeledere.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stolede på sine disciple, og han forberedte dem og gav dem vigtige opgaver med at undervise og tjene andre. På denne måde hjalp han dem til at blive omvendt til sit evangelium. Hvordan kan du følge Frelserens eksempel som vejleder for bærere af det Aronske Præstedømme?

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Henry B. Eyring, »Kaldet af Gud og opretholdt af folket«, Liahona, juni 2012, s. 4–5*

For mange år siden viste en 18-årig studerende mig, hvad det vil sige at opretholde Herrens tjenere. Jeg føler mig stadig beriget af hans ydmyge eksempel.

Han var lige begyndt på sit første år på universitet. Mindre end et år, før han flyttede hjemmefra for at påbegynde sine studier ved et større universitet, blev han døbt. Der tjente jeg som hans biskop. ...

Han bad om at få lov at tale med mig inde på kontoret. Jeg blev overrasket, da han spurgte: »Kan vi bede sammen og må jeg lede bønner?« ...

Han indledte sin bøn med et vidnesbyrd om, at han vidste, biskoppen var kaldet af Gud. Han bad Gud om at fortælle mig, hvad han skulle gøre i en sag, der kunne få store åndelige konsekvenser. Den unge mand fortalte Gud, at han var sikker på, at biskoppen allerede kendte hans behov og ville give ham de fornødne råd.

Mens han talte, så jeg de specifikke farer, han ville møde, for mig. Rådet var enkelt, men blev givet med stor klarhed: Bed altid, hold befalingerne og frygt ikke.

Denne unge mand, der kun havde været i Kirken i et år, viste gennem sit eksempel, hvad Gud kan gøre gennem en leder, når denne opretholdes ved tro og bønner af dem, han er kaldet til at lede. Denne unge mand viste mig styrken i fælles samtykke i Kirken (se L&P 26:2). Selvom Herren kalder sine tjenere ved åbenbaring, kan de kun virke i deres kald, når de opretholdes af dem, de er kaldet til at tjene.

Når vi opretholder, afgiver vi højtidelige løfter. Vi lover at bede for Herrens tjenere om, at han vil lede

og styrke dem (L&P 93:51). Vi lover, at vi vil søge efter og forvente at føle Herrens inspiration i deres råd, og når de handler i deres kald (se L&P 1:38).

Det løfte skal gang på gang fornyes i vores hjerte. Din søndagsskolelærer vil forsøge at undervise med Ånden, men som enhver af os kan læreren begå fejl foran klassen. I kan dog beslutte jer for at lytte og søge efter de øjeblikke, hvor I kan føle inspirationen komme. Med tiden vil I bemærke færre fejl og flere indikatorer på, at Herren opretholder den lærer.

Når vi løfter vores hånd som tegn på opretholdelse af en person, dedikerer vi os til at arbejde for det formål, hvortil Herren har kaldet denne person.

Da vore børn var små, blev min hustru kaldet til at undervise de små børn i menigheden. Jeg løftede ikke blot min hånd for at opretholde hende, men jeg bad for hende og bad om at få lov til at hjælpe hende. Det, jeg lærte om påskønnelse af kvinders arbejde og om Herrens kærlighed til børn, er noget, der til stadighed velsigner min familie og mit liv.

For nylig talte jeg med den unge mand, der år tilbage opretholdt sin biskop. Jeg lærte, at Herren og folket havde opretholdt ham i sin kaldelse som missionær, stavspræsident og far. Ved slutningen af vores samtale sagde han: »Jeg beder stadig for dig hver dag.«

Vi kan beslutte os for dagligt at bede for dem, som Herren har kaldet til at tjene os. Vi kan takke en person, som har velsignet os gennem deres tjeneste. Vi kan beslutte os for at melde os, når nogen vi har opretholdt, beder om frivillige.<sup>1</sup>

De, der støtter Herrens tjenere i hans rige, vil blive opretholdt af hans mageløse kraft. Vi har alle brug for den velsignelse.

# Juli: Ordinancer og pagter

»Guddommelighedens kraft [tilkendegives] i dets ordinancer« (L&P 84:20).

Oplæggene denne måned vil hjælpe de unge mænd til at forstå præstedømmets ordinancer og pagter. De oplevelser, som de har denne måned, kan hjælpe dem til at påskønne og ære de pagter, de allerede har indgået, og se frem til de ordinancer, de fremover vil modtage, herunder ordination til Det Melkisedekske Præstedømme og templets ordinancer. Herudover har bærere af Det Aronske Præstedømme et helt særligt behov for at forstå evangeliets ordinancer, fordi de er kaldet til at administrere ordinancerne nadver, dåb og ordination af andre til embeder i Det Aronske Præstedømme.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvordan kan jeg hjælpe andre til at få en indholdsrig oplevelse i forbindelse med nadveren? (Pligt mod Gud)*

*Hvorfor er ordinancer betydningsfulde for mig?*

*Hvorfor er pagter betydningsfulde for mig?*

*Hvilke pagter indgik jeg ved dåben?*

*Hvordan modtager jeg Helligåndsgaven?*

*Hvorfor er tempelordinancerne vigtige?*

*Hvad er præstedømmets ed og pagt?*

*Hvad vil det sige at påtage sig Jesu Kristi navn?*

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvælg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

»Administration af præstedømmeordinancer«, s. 24-25, 48-49, 72-73

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68



Motivér kvorumsmedlemmerne til at forberede sig åndeligt til denne lektion ved at lære om nadveren, overveje hvad nadveren betyder for dem og planlægge, hvordan de kan lære andre om det, de har lært. Det bedste er at give dem opfordringen til at forberede sig mindst en uge før og derpå minde kvorumsmedlemmerne om det i løbet af ugen.

Søndagsskolens oplæg »Hvordan kan jeg gøre nadveren mere betydningsfuld for mig selv?« er en god forberedelse til denne lektion. Koordiner det eventuelt med kvorumsmedlemmerne søndagsskolelærer og planlæg at lægge drøftelsen om nadveren, efter de har haft om det i søndagsskolen.

## PLIGT MOD GUD

# Hvordan kan jeg hjælpe andre til at få en indholdsrig oplevelse i forbindelse med nadveren?

Frelseren indstiftede nadveren, for at hans tilhængere kan huske ham og forny deres hellige pagter hver uge. Nadveren symboliserer kødet og blodet ved Jesu Kristi offer i kraft af hans forsoning på vore vegne. Derfor er nadvermødet det helligste og bør være en tid med ærbødig overvejelse og stor åndelig fornyelse. Som bærere af Det Aronske Præstedømme har vi mulighed for at hjælpe medlemmerne i forsamlingen til at få en indholdsrig oplevelse i forbindelse med nadveren. Vores værdighed, eksempel og vidnesbyrd kan påvirke deres oplevelse.

---

## Forbered dig åndeligt

Bed flere dage før kvorumsrådet deltagerne om at forberede et kort oplæg, de kan bruge til at lære andre om nadveren, og bed dem om at tage deres oplæg med til kvorumsrådet. (Kvorumsmedlemmerne kan gøre det som led i deres plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om pagter og ordinancer, se Pligt mod Gud, s. 18, 42, eller 66).

Når kvorumsmedlemmerne skal forberede deres oplæg, kan de se videoen »Altid erindre ham«. Bed dem om at læse Matt 26:26-28, herunder Joseph Smiths Oversættelse i Guide til Skrifterne, og 3 Ne 18:1-12 for at finde det formål, Frelseren havde med at indstifte nadveren.

De kan overveje følgende spørgsmål, mens de laver deres oplæg:

- Hvad er formålet med nadveren? Hvordan symboliserer den?
- Hvordan kan vi bedre forberede os på at deltage i nadveren?
- Hvordan kan vi altid erindre Frelseren?
- Hvordan kan bærere af Det Aronske Præstedømme repræsentere Frelseren, når de forretter nadveren?
- Hvorfor tror I, det er vigtigt at tage del i nadveren hver uge?

---

## Ledelse af et kvorumsmøde

Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Det kan være en hjælp på forhånd at udfylde dagsorden til kvorumsmøde.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at præsentere denne uges lektion:

- Lad kvorumsmedlemmerne få et par minutter ved mødets begyndelse til at læse nadverbønnerne for sig selv (se L&P 20:77, 79) og tænke over ordene i en yndlingsnadversalme.
- Gennemgå som kvorum nogle principper om kristuslignende undervisning ved at gennemgå skriftsteder som fx L&P 11:21; 12:8; 42:14. Motivér kvorumsmedlemmerne til at have disse principper i tankerne, når de fortæller om deres følelser omkring nadveren i dag.

---

## Lær sammen

Bed kvorumsmedlemmerne om at forklare hinanden om nadveren (i små grupper eller som kvorum) ud fra det oplæg, de har forberedt. Når de har gjort det, beder du dem om at tale om deres oplevelser, da de bar deres vidnesbyrd. Hvorfor er det vigtigt at fortælle andre om det, vi har lært?

Hvis nogle af de unge mænd ikke har forberedt et oplæg, kan du give dem tid til at gøre det under klassen ved at følge ovenstående instruktioner under »Forbered dig åndeligt«. Tag dig om muligt tid til at lade nogle af dem fortælle hinanden om, hvad de har lært.

---

## Opfordring til handling

Overvej følgende forslag til at opmuntre kvorumsmedlemmerne til at fortælle, hvad de har lært:

- Lad hvert kvorumsmedlem finde frem til mennesker, som han kan forklare sin forståelse og sit vidnesbyrd om læren om nadveren til. Han kan fx forklare sin familie det, et mindre aktivt kvorumsmedlem, en klasse i Unge Piger eller Primary eller de familier, han besøger som hjemmelærer. Bed hvert kvorumsmedlem om at fortælle kvorummet, hvem han har valgt. Foreslå eventuelt kvorumsmedlemmerne, at de udover at fortælle

det personligt kan fortælle det via de sociale medier.

- Find et tidspunkt, hvor kvorumsmedlemmerne kan besøge et par familier i menigheden og forklare dem om nadveren. (Et medlem af biskoprådet eller menighedens missionsleder kan hjælpe dig med at vælge nogle familier, der kunne have gavn af et sådant besøg, fx nyomvendte, familier med ikke-medlemmer eller familier, der ikke deltager

Bed dem om at dele deres oplevelser ved et kommende kvorumsmøde.

regelmæssigt i nadvermødet). Inddel med kvorumspræsidentens hjælp kvorumsmedlemmerne i makkerpar, og giv hvert makkerpar en familie, de skal besøge. (Planlæg om muligt at lade disse besøg falde sammen med en kvorumsaktivitet i løbet af ugen, se »Fortæl om det, vi har lært« på hjemmesiden for ungdomsaktiviteter). Hvis afstande er en hindring, kan du bede kvorumsmedlemmerne om at forklare deres egen familie det.

### **Undervisning på Frelserens måde**

Frelseren stolede på sine disciple og gav dem mulighed for at tjene og undervise andre. Hvordan bliver de unge mænd i jeres kvorum velsignet, når de underviser andre om det, de har lært om nadveren?





## Hvorfor er ordinancer betydningsfulde for mig?

En ordinance er en hellig, formel handling med en åndelig betydning. Ordinancer udføres med præstedømmets myndighed og under ledelse af dem, der har præstedømmenøgler. Ordinancer hjælper os til at huske, hvem vi er, og minder os om vores pligt mod Gud. De hjælper os til at komme til Kristus og modtage evigt liv.

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du dig inspireret til at fortælle de unge mænd for at hjælpe dem til at forstå betydningen af ordinancer?*

Matt 3:13-17 (Jesu Kristi dåb)

ApG 19:1-6 (Paulus gendøber personer, der ikke var døbt korrekt)

3 Ne 11:21-26 (Jesus Kristus giver myndighed til at døbe og instruerer i den korrekte fremgangsmåde)

Moro 8:10-12 (Moroni underviser om dåb)

L&P 84:19-21 (Guddommelighedens kraft tilkendegives i præstedømmets ordinancer)

TA 1:3-5 (Ordinancer er afgørende for frelse)

David A. Bednar, »Bliv altid ved med at have forladelse for jeres synder«, *Liahona*, maj 2016, s. 59-62

Gary E. Stevenson, »Jeres fire minutter«, *Liahona*, maj 2014, s. 84-86

»Præstedømmets ordinancer og velsignelser«, *Håndbog 2: Forvaltning af Kirken*, 2010, 20.1

»Ordinancer«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 116-117

Video: »Tro på præstedømmets magt«

Hvilke af evangeliets ordinancer har du modtaget? Hvordan har disse ordinancer været en velsignelse for dig? Hvorfor er de vigtige for dig?

Hvilke ordinancer har de unge mænd modtaget? Hvilke ordinancer forbereder de sig til at modtage? Hvorfor har de brug for at forstå betydningen af evangeliets ordinancer?

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvoorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorumsmedlem.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Vis de unge et billede eller en genstand, der har forbindelse til sidste uges lektion, og bed de unge mænd om at forklare, hvilken forbindelse, der er til den lektion. Hvordan har de anvendt det, de lærte?
- Bed de unge mænd om at nævne så mange af evangeliets ordinancer, som de kan komme i tanke om. Hjælp dem derpå til at bestemme, hvilke ordinancer fra listen der er afgørende for ophøjelse. Hvorfor har vor himmelske Fader givet os disse ordinancer? Hvad vil de unge mænd sige til dem, der siger, at ordinancer ikke er nødvendige? (Hvis de unge mænd har brug for forslag, kan de slå op i »Ordinancer« i *Tro mod sandheden* eller afsnittet med titlen »Helligånden og præstedømmeordinancer« i ældste David A. Bednars tale »Bliv altid ved med at have forladelse for jeres synder«).

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kворumsmedlemmerne til at forstå, hvorfor ordinancer er vigtige. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- I ældste David A. Bednars tale »Bliv altid ved med at have forladelse for jeres synder« beskriver afsnittet med titlen »Opnåelse og bibeholdelse af forladelse for synder gennem ordinancer« velsignelserne ved ordinancerne dåb, håndspålæggelse for Helligåndsgaven og nadveren. Bed hver ung mand om at vælge en ordinance og nedskrive alt det, han lærer om den i dette afsnit, for at lære, hvordan disse ordinancer kan hjælpe os. Bed derpå de unge mænd på en kreativ måde om at undervise resten af kvorummet i, hvad de har lært – måske ved at bruge billeder eller ved at spille et spil.
- Bed en gæstetaler eller en ung mand, der har præsteret noget væsentligt, om at fortælle, hvad kravene til præstationen var, og hvordan han opfyldte dem (han har måske opnået en spejderbelønning, taget en videregående eksamen eller gået til prøve for at få en rolle i et skuespil). Bed derpå de unge mænd om at læse afsnittet, der begynder med »På samme måde« fra ældste Gary E. Stevensons tale »Jeres fire minutter«. Hvordan svarer ordinancer til de krav, som gæstetaleren eller den unge mand talte om? I kunne også læse resten af ældste Stevensons tale og se efter, hvad han ellers lærer os om ordinancer.
- Lad de unge mænd se videoen »Tro på præstedømmets magt.« Bed dem om på tavlen at skrive de ordinancer, der omtales, og de velsignelser, som vi modtager, når vi tager del i

## Undervisningstip

»Sørg for, at du i dine forberedelser til at undervise benytter en række forskellige metoder fra lektion til lektion. Dette kan være at bruge noget så enkelt som en farverig plakat eller et kort til væggen i én lektion og en liste med spørgsmål i en anden« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 89).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren elskede og bad for dem, han underviste (se Joh 17). Hvordan kan du vise, at du elsker og støtter de unge mænd i dit kvorum?

de ordinancer. Bed de unge om at fortælle om oplevelser, hvor de har modtaget eller overværet en af disse ordinancer (eller andre ordinancer, såsom en faders velsignelse eller en velsignelse til helbredelse). Hvordan har disse oplevelser været en velsignelse og styrke for dem?

- Gennemgå i kvorummet listen med de fire krav for at udføre ordinancer i afsnit 20.1 i *Håndbog 2*. Bed de unge mænd om at læse 3 Nefi 11:21-26 og finde ud af, hvordan disse krav bliver opfyldt i Frelserens beskrivelse af dåb. Hvordan opfylder deres administration af nadveren disse fire krav? Hvad sker der, hvis en ordinance bliver udført uden at opfylde disse krav? Spørg de unge mænd, hvorfor det er vigtigt at kende disse krav, når de skal undervise andre om ordinancer.
- Lad de unge mænd forestille sig, at de underviser nogen fra en anden trosretning om dåb, og vedkommende siger: »Jeg er allerede blevet døbt i min kirke.« Hvordan vil de

unge mænd på en taktfuld måde hjælpe denne person til at forstå, hvorfor vedkommende ville være nødt til at blive døbt igen? Hvilke skriftsteder eller oplevelser kan de bruge? Du kan eventuelt henvise dem til listen over krav i afsnit 20.1 i *Håndbog 2*; Matt 3:13-17; ApG 19:1-6; 3 Ne 11:21-26; Moro 8:10-12. Bed om muligt fuldtidsmissionærerne om at komme og fortælle kvorummet, hvordan de forklarer deres undersøgere om vigtigheden af ordinancer (få tilladelse fra biskoppen først).

- Læs følgende udtalelse af præsident Spencer W. Kimball for kvorummet: »Ordinancer fungerer som påmindelser. Det er nadverens virkelige formål at afholde os fra at glemme og hjælpe os til at erindre« (*Teachings of Spencer W. Kimball*, red. Edward L. Kimball, 1982, s. 112). Bed de unge mænd om at nævne evangeliets ordinancer (såsom de, der er nævnt på s. 116-117 i *Tro mod Sandheden*) og drøft, hvad disse ordinancer hver især hjælper os til at huske.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de vigtigheden af ordinancer? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om sine følelser omkring evangeliets ordinancer.
- Lede en kort drøftelse om, hvordan de kan forberede sig åndeligt til at virke i hellige ordinancer.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra »Generelle instruktioner«, Håndbog 2: Forvaltning af Kirken, 2010, 20.1*

## 20.1 Generelle instruktioner

En ordinance er en hellig handling som fx en dåb, der udføres med præstedømmets myndighed. Ordinanceerne dåb, bekræftelse, ordination til Det Melkisedekske Præstedømme (for mænd), tempelbegavelse og tempelbesegling er nødvendige for ophøjelse for alle ansvarlige personer. Disse ordinanceer kaldes de frelsende ordinanceer. Som en del af hver af de frelsende ordinanceer indgår modtageren pagter med Gud.

Udførelse af en frelsende ordinance kræver bemyndigelse fra en præstedømmeleder, som bærer de rette nøgler eller som fungerer under ledelse af en person, der besidder disse nøgler. Sådan bemyndigelse er også påkrævet ved navngivning og velsignelse af et barn, indvielse af en grav, ved en patriarkalsk velsignelse og ved forberedelse, velsignelse og omdeling af nadveren. Bærere af Det Melkisedekske Præstedømme kan indvie olie, salve de syge, give en fars velsignelse og andre velsignelser til trøst og vejledning uden først at søge bemyndigelse af en præstedømmeleder.

Brødre, der udfører ordinanceer og velsignelser, bør forberede sig ved at leve værdigt og stræbe efter at være vejledt af Helligånden. De bør udføre hver enkelt ordinance eller velsignelse på en værdig måde og sikre sig, at den opfylder følgende krav:

1. Den udføres i Jesu Kristi navn.
2. Den udføres med præstedømmets myndighed.
3. Den udføres ved at anvende enhver procedure, der måtte være nødvendig, såsom at benytte bestemte ord eller indviet olie.
4. Den præsiderende myndighed, som besidder de rette nøgler (normalt biskoppen eller stavspræsidenten), skal bemyndige ordinanceen om nødvendigt ifølge instruktionerne i dette kapitel.

En præstedømmeleder, der fører tilsyn med en ordinance eller velsignelse, sikrer sig, at den person, der udfører den, har den nødvendige præstedømmemyndighed, er værdig og kender og følger de rette procedurer. Ledere stræber også efter at gøre ordinanceen eller velsignelsen til en ærbødig og åndelig oplevelse.



## Hvorfor er pagter betydningsfulde for mig?

Vi indgår pagter, når vi modtager ordinancer såsom dåb, ordination til præstedømmet samt tempelordinancer. En pagt er en hellig aftale mellem Gud og hans børn. Gud har bestemte betingelser, og han lover at velsigne os, når vi overholder disse betingelser. Vi gør os egnede til at modtage de velsignelser, som Gud har lovet os, når vi indgår og holder pagter. Hvis vi vælger ikke at holde pagterne, kan vi ikke modtage velsignelserne. Vore pagter vejleder os i de valg, vi træffer, og hjælper os til at modstå fristelse.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpeskilder. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at ønske at indgå og holde pagter?*

2 Mos 19:5; L&P 35:24; 90:24 (Vi bliver velsignet, når vi holder pagterne)

Mosi 5; Alma 46:10-37 (Eksempler fra Mormons Bog på folk, der indgår og holder pagter)

L&P 82:10 (Herren er bundet, når vi adlyder)

Russell M. Nelson, »Pagter«, *Liahona*, nov. 2011, s. 86-89

Jeffrey R. Holland, »Hold pagterne: Et budskab til dem, der vil på mission«, *Liahona*, jan. 2012, s. 48-51

D. Todd Christofferson, »Styrken i pagter«, *Liahona*, maj 2009, s. 19-23

»Pagt«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 117-118

Video: »Træng Jer Frem«

Hvordan er du blevet velsignet ved at indgå og holde pagter? Kan du tænke på en oplevelse, hvor dine pagter hjalp dig til at træffe en beslutning?

Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til en bedre forståelse af de pagter, de har indgået og vil indgå fremover? Hvordan kan en forståelse af pagters betydning og natur påvirke de unge mænd til at leve mere retskaffent?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorumsmedlem.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at tænke på den sidste lektion og skiftes til at sige en enkelt sætning, der opsummerer, hvad de lærte af den lektion. Hvordan har de anvendt det, de lærte?
- Bed en ung mand om at komme op foran i lokalet. Vis, hvad en pagter, ved at love ham noget, hvis han til gengæld vil gøre noget (lov ham for eksempel en lille ting, hvis han vil sige en trosartikel udenad). Lad den unge mand gøre det, hvis han vil, og hold dit løfte til ham. Hjælp de unge mænd til at definere ordet *pagt* (se det tredje afsnit i præsident Russell M. Nelsons tale »Pagter«), og bed dem om at forklare, hvilke ligheder og forskelle, der er mellem dette eksempel og de pagter, vi indgår med Gud.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe koorumsmedlemmerne til at forstå, hvorfor vi indgår pagter. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit koorum:

- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om pagter og ordinancer (se »Pligt mod Gud«, s. 18, 42 eller 66).
- Bed de unge mænd om at forestille sig, at de prøver at hjælpe en ven fra en anden trosretning til at forstå pagter. Lad dem studere »Pagter« i *Tro mod sandheden* eller de skriftsteder, der er nævnt i dette oplæg, og forberede sig til, hvordan de vil forklare deres ven om pagter. Lad dem lave et rollespil over denne situation. Bed dem om i deres forklaring at medtage, hvorfor deres pagter er vigtige for dem.
- Bed de unge mænd om på egen hånd at gennemlæse Mosija 5 og markere ord eller begreber, der gør indtryk på dem i forbindelse med at indgå og holde pagter. Lad dem skrive på tavlen, hvad de har fundet ud af. Skriv på tavlen: »Det er vigtigt for mig at holde mine pagter, fordi \_\_\_\_\_.« Lad de unge mænd hver især færdiggøre sætningen.
- Vis et billede af hærføreren Moroni, der hejser frihedserklæringen (se hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 79). Bed de unge mænd om at udpege nogle detaljer på billedet og kort fortælle den historie, som det skildrer (se Alma 46:10-37). Hvilke pagter indgik nefitterne (se vers 20-22)? Hvorfor valgte folket at holde disse pagter på trods af den fare, de stod overfor? Hvordan påvirkede deres pagter kampens udfald? Bed de unge mænd om at nævne de pagter, de har indgået. Hvordan hjælper disse pagter

## Undervisningstip

»Du kan vise, at du lytter ved at vise interesse. Du kan se på den, der taler, i stedet for at se på stoffet til din lektion eller andre ting i lokalet. Du kan motivere den, der taler, til at gøre sine kommentarer færdig uden afbrydelser. Du kan undgå at bryde for tidligt ind i samtaler med råd eller meninger« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 66).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren bad sine tilhængere om at udøve tro og handle ifølge de sandheder, som han belærte om (se Luk 18:18-25). Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at få et ønske om at deltage i ordinancer og pagter og ære deres pagter ved retskafne handlinger?

os med at overvinde udfordringer og fristelser?

- Læs, se eller lyt sammen i kvorummet til beretningen fra begyndelsen af ældste D. Todd Christoffersons tale »Styrken i pagter«. Hvordan hjalp Pamelas pagter hende til at håndtere den tragedie, hun stod overfor? Bed de unge mænd om hver især at læse et af de resterende afsnit af talen og finde svar på spørgsmålet, »Hvordan kan mine pagter styrke og beskytte mig?« Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de har fundet frem til. Bed dem om at drøfte specifikke

situationer, de kunne stå i i den kommende uge, hvor de kunne finde styrke og beskyttelse i deres pagter.

- Skriv ordene »Pagter« og »Missionering« på tavlen. Bed de unge mænd om hver især at læse et afsnit af ældste Jeffrey R. Hollands artikel »Hold pagterne: Et budskab til dem, der vil på mission«. Bed dem om at fokusere på forholdet mellem pagter og missionering. Lad de unge mænd fortælle hinanden, hvad de har lært af ældste Hollands budskab. Hvordan påvirker hans råd det, de vil gøre i deres forberedelse til at tage på fuldtidsmission?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en bedre forståelse af pagter? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad det betyder for ham at indgå en pagt.
- Opfordre andre kvorumsmedlemmer til at fortælle et familiemedlem om deres tanker om det, de har lært.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra D. Todd Christofferson, »Styrken i pagter«, Liahona, maj 2009, s. 19-23*

Den 15. august 2007 oplevede Peru et voldsomt jordskælv, som næsten ødelagde kystbyerne Pisco og Chincha. Ligesom mange andre kirkeledere og medlemmer gik Wenceslao Conde, præsidenten for Kirkens Balconcito Gren i Chincha, straks i gang med at hjælpe andre, hvis huse var beskadiget.

Fire dage efter jordskælvet var ældste Marcus B. Nash fra De Halvfjerds i Chincha for at være med til at koordinere Kirkens hjælpeindsats der og møde præsident Conde. Da de talte om ødelæggelsen, der var sket, og hvad der blev gjort for at hjælpe ofrene, kom præsident Condes hustru Pamela forbi bærende på et af sine små børn. Ældste Nash spurgte søster Conde, hvordan hendes børn havde det. Med et smil svarede hun, at takket være Guds godhed var de alle sunde og raske. Han spurgte til familien Condes hjem.

»Det er væk,« sagde hun ganske enkelt.

»Hvad med jeres ejendele?« spurgte han.

»Alt er begravet under murbrokkerne fra vores hus,« svarede søster Conde.

»Og alligevel,« sagde ældste Nash, »smiler du, mens vi taler.«

»Ja,« sagde hun, »jeg har bedt, og jeg har fred. Vi har alt, hvad vi behøver. Vi har hinanden, vi har vore børn, vi er beseglet i templet, vi har denne vidunderlige kirke, og vi har Herren. Vi kan bygge igen med Herrens hjælp.«

*»Pagt«, Tro mod sandheden, 2005, 117-118*

En pagt er en hellig overenskomst mellem Gud og en person eller gruppe af personer. Gud fastsætter særlige betingelser, og han lover at velsigne os, når vi adlyder disse betingelser. Når vi vælger ikke at overholde pagter, kan vi ikke modtage velsignelserne, og i nogle tilfælde lider vi en straf som konsekvens af vores ulydighed.

Alle præstedømmets frelsende ordinancer ledsages af pagter. Fx indgik du en pagt, da du blev døbt, og du fornyer denne pagt, hver gang du nyder nadveren (se Mosi 18:8-10; L&P 20:37, 77, 79). Hvis du har modtaget Det Melkisedekske Præstedømme, har du indgået præstedømmets ed og pagt (se L&P 84:33-44). Tempelbegavelsen og beseglingsordinancen omfatter hellige pagter.

Husk altid på og ær altid de pagter, som du har indgået med Herren. Så har du ikke behov for at få befaling i alle ting, som du gør (se L&P 58:26-28). Du vil blive inspireret af Helligånden, og en kristuslignende opførsel vil blive en del af din natur. Som Herren har lovet vil du »modtage åbenbaring på åbenbaring, kundskab på kundskab, så du kan lære hemmeligheder og de fredsskabende sandheder at kende – det, som bringer glæde, det, som bringer evigt liv« (L&P 42:61). Dit største håb bør være at nyde den helliggørelse, som kommer fra denne guddommelige vejledning, og din største frygt bør være at miste disse velsignelser.

Yderligere henvisninger: Jer 31:31-34; Mosi 5; Moro 10:33; L&P 82:10; 97:8; 98:13-15





## Hvilke pagter indgik jeg ved dåben?

Når vi bliver døbt, indgår vi en pagt med Gud. Vi lover at påtage os Jesu Kristi navn, holde hans bud og tjene ham til enden. Vor himmelske Fader har lovet os tilgivelse fra synd samt Helligåndsgaven ved bekræftelsesordinancen. Vi fornyer denne pagt, hver gang vi tager del i nadveren.

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og andre ressourcer vil hjælpe de unge mænd til at huske og holde deres dåbspagter?*

Joh 3:5; 2 Ne 31:4-13, 17 (Dåb er nødvendigt for evig frelse)

Mosi 18:8-10; L&P 20:37 (Forpligtelser vi indgår, når vi bliver døbt)

Hugo Montoya, »Prøvet og fristet – men hjulpet«, *Liahona*, nov. 2015, s. 53-55

Robert D. Hales, »Dåbens pagt: At være i riget og af riget«, *Liahona*, jan. 2001, s. 6-9

Carole M. Stephens, »Vi har stor grund til at fryde os«, *Liahona*, nov. 2013

Din dåbspagt«, »De lovede velsignelser ved dåb«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 22-24

Video: »Samme trøje«

Hvad husker du fra din dåb? Hvordan har dine dåbspagter påvirket dig?

Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til en bedre forståelse af deres dåbspagter? Hvordan kan du hjælpe dem til at styrke deres forpligtelse til at holde disse pagter?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes korum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed kворumsmedlemmerne om hver især at færdiggøre følgende sætning: Det, jeg lærte i den sidste lektion, var vigtigt for mig, fordi \_\_\_\_\_. Hvordan har de anvendt det, de lærte?
- Vis et billede af en dåb (såsom fra hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 103-104). Fortæl om dine minder fra din

dåbsdag, herunder hvordan du følte. Bed de unge mænd om at fortælle om de oplevelser, de har haft, når de har deltaget i eller overværet en dåb. Bed dem om at skrive de pagter, de indgik, da de blev døbt, på tavlen. Lad dem supplere listen, efterhånden som de lærer mere om deres dåbspagter i løbet af lektionen.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå de pagter, de har indgået ved dåben. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at læse Mosija 18:8-10. Hvad lærer de om den måde, vi lover at behandle andre på, når vi er døbt? Hjælp de unge mænd til at lære, hvordan vi løfter hinandens byrder, ved at opdele dem i grupper og give hver gruppe til opgave at studere et afsnit af ældste Hugo Montoyas tale »Prøvet og fristet – men hjulpet«. Lad hver gruppe fortælle klassen, hvad de har lært. Hver gruppe kan lave en plakat med det, de har lært, hvis det er passende fortælle om personlige oplevelser eller gengive beretninger fra skriften, der også underviser i det samme princip.
- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om pagter og ordinancer (se »Pligt mod Gud«, s. 18, 42 eller 66).

- Bed de unge mænd om at læse de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg. Bed dem om at markere de løfter, som vi afgiver ved dåben, og på tavlen skrive, hvad de finder frem til. Hvordan holder vi disse løfter? Bed de unge mænd om at fortælle om mennesker, der er et eksempel på de løfter, der er skrevet på tavlen (herunder mennesker fra skriften). Hvordan har overholdelse af disse løfter været til velsignelse for de unge mænd?
- Bed de unge mænd om at læse »Din dåbspagt« i *Tro mod sandheden* og finde de løfter, som vi afgav, da vi blev døbt. Bed de unge mænd om at se videoen »Samme trøje« eller læse historien i begyndelsen af Carole M. Stephens tale »Vi har stor grund til at fryde os«. Bed dem om at se efter eksempler på mennesker, der ærer deres dåbspagter.

## Undervisningstip

»Virkelig fremragende lærere påtager sig ikke æren for deres elevers tilegnelse af lærdom og udvikling. Ligesom gartnerne, der planter og passer afgrøder, stræber de efter at skabe de bedst mulige forhold for at lære. Dernæst takker de Gud, når de ser fremgang hos dem, som de underviser« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 62).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren forberedte sig på at undervise ved at tilbringe tid alene i bøn og under faste. Han søgte ofte sin Faders vejledning, når han var alene (se 3 Ne 19:19-23). Hvordan vil du følge Frelserens eksempel i din forberedelse til at undervise de unge mænd?

Giv kvorumsmedlemmerne tid til at fortælle, hvad de har fundet frem til. Lad kvorumspræsidenten lede en drøftelse af, hvordan de i højere grad kan holde deres dåbspagter til alle tider og på alle steder.

- Vis et billede af Frelserens dåb (se hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 35), og bed et kvorumsmedlem om at læse 2 Nefi 31:4-10. Lad de unge mænd komme med eksempler fra skrifterne, der illustrerer, hvordan Jesus Kristus holdt sin pagt med Faderen (de kan se på billederne i hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 36-48 for at få ideer). Bed dem om

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en bedre forståelse af deres dåbspagter? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvordan han synes, at overholdelse af dåbspagten hjælper ham til at ære præstedømmet.
- Opfordre kvorumsmedlemmerne til at gennemgå deres tilværelse for at se, om der er noget, de skal holde op med at gøre eller begynde at gøre for at være mere trofast mod deres dåbspagter.

# Udvalgte materialer

---

»Dåb«, Tro mod sandheden, 2005, s. 22-23

Da du blev døbt, indgik du en pagt med Gud. Du lovede at påtage dig Jesu Kristi navn, at holde hans befalinger og tjene ham til enden (se Mosi 18:8-10; L&P 20:37). Du fornyer denne pagt, hver gang du nyder nadveren (se L&P 20:77; 79).

*Påtag dig Jesu Kristi navn.* Når du påtager dig Jesu Kristi navn, ser du dig selv som hans. Du lader ham og hans værk komme i første række i dit liv. Du søger det, som han søger, snarere end det, som du selv ønsker, eller det, som verden lærer dig at ønske.

I Mormons Bog forklarer kong Benjamin, hvorfor det er vigtigt at påtage sig Frelserens navn:

»Der er ikke givet noget andet navn, hvorved frelse bliver tilvejebragt; derfor ønsker jeg, at I skal påtage jer Kristi navn, alle I, der har indgået pagt med Gud om, at I vil være lydige til jeres livs ende.

Og det skal ske, at hver den, som gør dette, skal blive fundet ved Guds højre hånd, for han skal kende det navn, som han skal kaldes ved; for han skal kaldes ved Kristi navn.

Og se, det skal ske, at hver den, som ikke påtager sig Kristi navn, skal kaldes ved et andet navn; derfor finder han sig selv ved Guds venstre hånd« (Mosi 5:8-10).

*Hold befalingerne.* Din dåbspagt er en forpligtelse til at komme ind i Guds rige, skille dig ud fra verden og stå som vidne om Gud »til alle tider og i alle ting og på alle steder« (Mosi 18:9). Din indsats for at stå som et vidne for Gud omfatter alt, hvad du siger og gør. Stræb efter altid at huske og holde Herrens befalinger. Sørg for at holde dine tanker, dit sprog og dine gerninger rene. Når du søger underholdning, såsom film, tv, internet, musik, bøger, blade og aviser, så sørg for kun at se, lytte til og læse det, som er opløftende. Klæd dig sømmeligt. Vælg venner, som opfordrer dig til at nå dine evige mål. Hold dig borte fra umoral, pornografi, hasardspil, tobak, alkohol og narkotika. Hold dig værdig til at indtræde i templet.

*Tjen Herren.* Befalingen om at skille sig ud fra det, som hører verden til, betyder ikke, at du skal isolere dig fra andre. En del af dåbspagten er at tjene Herren, og du tjener ham bedst, når du tjener din næste. Da profeten Alma underviste om dåbspagten, sagde han, at vi skulle være »villige til at bære hinandens byrder, så de bliver lette« og »villige til at sørge med dem, der sørger, ja, og at trøste dem, der står i behov for trøst« (Mosi 18:8-9). Vær venlig og vis respekt for alle mennesker og følg Jesu Kristi eksempel på den måde, som du behandler andre.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Carole M. Stephens, »Vi har stor grund til at fryde os« Liahona, nov. 2013*

Da min svigerfar gik bort, samledes vores familie for at tage imod dem, der kom for at kondolere. Imens jeg talte med familie og venner i løbet aftenen, lagde jeg ofte mærke til vores 10-årige barnebarn, Porter, som stod i nærheden af min svigermor – hans »olde«. Nogle gange stod han bag hende og holdt øje med hende. Ved et enkelt tilfælde lagde jeg mærke til, at de stod arm i arm. Jeg så ham æ hendes hænder, give hende små knus og stå ved hendes side.

I flere dage efter denne oplevelse kunne jeg ikke slippe det, jeg havde set. Jeg blev tilskyndet til at sende Porter en lille hilsen, hvori jeg fortalte ham, hvad jeg havde lagt mærke til. Jeg mailede ham og fortalte, hvad jeg havde set og følt. Jeg mindede Porter om de pagter, han havde indgået ved sin dåb og citerede Almas ord i Mosija kapitel 18:

» . . . og se, eftersom I nu nærer ønske om at komme ind i Guds fold og at blive kaldt hans folk og er villige til at bære hinandens byrder, så de bliver lette;

ja, og er villige til at sørge med dem, der sørger, ja, og at trøste dem, der står i behov for trøst, og at stå som Guds vidner til alle tider og i alle ting og på alle steder, hvor I måtte befinde jer, ja, indtil døden . . . så I må få evigt liv

. . . hvis dette er jeres hjertes ønske, hvad har I da imod at blive døbt i Herrens navn som et

vidnesbyrd for ham om, at I har indgået en pagt med ham om, at I vil tjene ham og holde hans befalinger, så han kan udøse sin Ånd mere rigeligt over jer« (Mosi 18:8-10).

Jeg forklarede Porter, at Alma havde undervist om, at de, der gerne ville døbes, måtte være villige til at tjene Herren ved at tjene andre – resten af deres liv! Jeg sagde: »Jeg ved ikke, om du er klar over det, men den måde, du viste kærlighed og omsorg for olde, var at holde dine pagter. Vi holder vore pagter hver eneste dag, når vi er venlige, udviser kærlighed og tager os af hinanden. Du skal bare vide, at jeg er stolt af dig, fordi du er en pagtsholder! Når du holder din dåbspagter, bliver du forberedt til at blive ordineret til præstedømmet. Denne yderligere pagt vil give dig flere muligheder for at velsigne og tjene andre og forberede dig på de pagter, du vil indgå i templet. Tak, fordi du er sådan et godt eksempel for mig! Tak, fordi du viste mig, hvordan en pagtsholder ser ud!«

Porter svarede tilbage: »Bedstemor, tak for din besked. Jeg vidste ikke, at jeg holdt pagterne, da jeg hele tiden gav olde knus, men jeg følte mig varm i hjertet og havde en dejlig følelse. Jeg ved, at det var Helligånden, der var i mit hjerte.«

Jeg følte mig også varm i hjertet, da jeg indså, at Porter havde knyttet overholdelsen af sine pagter sammen med løftet om, at vi »altid må have hans Ånd hos [os]« (L&P 20:77) – et løfte, der er blevet gjort mulig gennem modtagelsen af Helligåndsgaven.



# Hvordan modtager jeg Helligåndsgaven?

Efter vi er blevet døbt, bliver vi bekræftet, hvilket også er en ordinance. Som et led i denne ordinance bliver der sagt til os: »Modtag Helligånden«. Dette betyder, at Helligånden kan være vores konstante ledsager, hvis vi ønsker det og beder om at have ham hos os samt trofast holder befalingerne.

## Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og taler vil hjælpe de unge mænd til at forstå, hvordan Helligåndsgaven vil være en velsignelse og en hjælp for dem livet igennem?*

ApG 8:14-17; L&P 33:15; TA 1:4  
(Helligåndsgaven overdrages ved håndspåleggelse)

1 Ne 2:9-20 (Nefi er et eksempel på at være modtagelig overfor Helligånden)

1 Ne 15:1-11 (Ulydighed mod befalingerne afholder os fra at modtage Helligånden)

1 Ne 16:14-29; 18:8-22; Alma 37:38-46  
(Eksempler med Liahona)

L&P 20:77, 79 (Når vi tager del i nadveren, fornyer vi vore pagter og kan altid have Ånden hos os)

L&P 121:45-46 (Hvis vi er dydige og næstekærlige, vil Helligånden være vores stadige ledsager)

Henry B. Eyring, »Helligånden som jeres ledsager«, *Liahona*, nov. 2015, s. 104-107

David A. Bednar, »Modtag Helligånden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 94-97

»Helligåndsgaven«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 66-67

Hvornår har Helligåndsgaven trøstet eller hjulpet dig personligt? Hvornår har du følt dig tæt på Ånden? Hvilke oplevelser kan du fortælle de unge mænd om?

Har de unge mænd haft oplevelser med Helligåndsgaven? Forstår de, hvad de må gøre for at være værdige til at have Helligånden hos sig?

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorumsmedlem.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Lad de unge mænd fortælle om oplevelser fra den sidste uge, der relaterer sig til sidste uges lektion.
- Bed de unge mænd om at tænke på sidste gang, de så nogen blive bekræftet som medlem af Kirken. Hvilke ord blev sagt ved denne ordinance? Hvad vil det sige at »modtag[e] Helligånden«? Bed de unge mænd om at tænke over dette spørgsmål i løbet af lektionen.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne med at forstå, hvordan man modtager Helligånden. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kворum:

- Bed de unge mænd om at kigge i præsident Henry B. Eyrings tale »Helligånden som jeres ledsager« og se efter udsagn, der hjælper dem til at forstå, hvordan de kan have Helligåndens ledsagelse oftere. Tilskynd dem til at tænke på, hvorfor vi har brug for Helligåndens ledsagelse, og hvordan vi bør reagere, når vi føler hans tilskyndelser. Hvordan påvirker det, de unge mænd ser, tænker og gør hver dag, deres evne til at mærke Ånden? Bed dem om at tænke over eventuelle ændringer, som de er nødt til at foretage. Lad dem fortælle, hvad de har tænkt på, hvis de føler sig tryg ved det.
- Bed de unge mænd om at læse 1 Nefi 2:9-19 og 1 Nefi 15:1-11 på egen hånd. Bed halvdelen af kворummet om at se efter og derefter drøfte, hvad Nefi gjorde for at modtage Helligånden. Bed den anden halvdel om at se efter og derpå drøfte, hvad Laman og Lemuel gjorde, der afholdt dem fra at modtage Helligånden. Lad dem skrive på tavlen, hvad de har fundet ud af. Hvad lærer de unge mænd fra disse eksempler, der vil hjælpe dem til at modtage Helligånden?
- Sørg for, at hver ung mand har et eksemplar af *Til styrke for de unge*. Bed de unge mænd om hver især at vælge et afsnit i *Til styrke for de unge*, læse det og markere det, de skal gøre og ikke gøre for at modtage Helligånden. Lad dem fortælle, hvad det, de har læst, har lært dem om Helligånden. Hvordan vil dette hjælpe dem til at modtage Helligånden?
- Læs sammen i kворummet de sidste tre afsnit af »Helligåndsgaven« fra Ældste David A. Bednars tale »Modtag Helligånden«. Bed kворumsmedlemmerne om at opsummere ældste Bednars hovedpointe. Tildel hver af de unge mænd et af de næste tre afsnit fra talen, og bed dem om at finde svar på spørgsmål som disse: Hvad gør vi for at gøre os egnede

### Undervisningstip

»Helligånden kan tilskynde en eller flere af dem, som du underviser, til at bidrage med kommentarer, som andre har behov for at høre. Vær åben over for tilskyndelser, som du får til at bede bestemte personer om at sige noget. Du kan endda føle dig tilskyndet til at bede en person, som ikke har gjort tegn til at ville sige noget, om at give udtryk for sine synspunkter« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 63).

til at have Helligåndens ledsagelse? Hvad kan afholde os fra at modtage Helligånden? Bed dem om at fortælle, hvad de har fundet frem til, og hvad de vil gøre for at handle ifølge ældste Bednars råd.

- Vis et billede af Lehi og Liahona (se hæftet *Evangelisk Kunst*, nr. 68), og bed de unge mænd om at fortælle, hvad de ved om Liahona. Bed den ene halvdel af kvorummet om at læse 1 Nefi

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvad det betyder at modtage Helligånden? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bede kvorumsmedlemmerne om at læse Lære og Pagter 121:45-46 i deres personlige studium, og fortælle, hvad disse vers har lært dem om at modtage Helligånden, ved et kommende kvorumsmøde.
- Udfordre kvorumsmedlemmerne til at finde en ting, de vil gøre denne uge, for at være mere værdige til Helligåndens ledsagelse.

16:14-29, og bed den anden halvdel om at læse 1 Nefi 18:8-22. Bed dem om at finde svar på dette spørgsmål: »Hvordan er Liahona ligesom Helligånden?« Bed dem om at fortælle om deres tanker. Hvad lærer de unge mænd af Lehis families oplevelser, som kan hjælpe dem til at modtage Helligånden? Som led i denne drøftelse læs sammen Alma 37:38-46.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren gav dette løfte til sine fordums apostle: »Jeg vil ikke efterlade jer faderløse [alene]« (Joh 14:18). Helligånden kan undervise, vejlede og trøste dig i din kaldelse. Hvad kan du gøre for at få hans indflydelse?



# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra David A. Bednar, »Modtag Helligånden«, Liahona, nov. 2010, s. 95.*

Ordinancen, der består i at bekræfte et nyt medlem af Kirken samt overdragelse af Helligåndsgaven, er både enkel og dybsindig. Værdige bærere af Det Melkisedekske Præstedømme lægger deres hænder på en persons hoved og kalder ham eller hende ved navn. Derefter bliver denne person med det hellige præstedømmes myndighed og i Frelserens navn bekræftet som medlem af Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige, og denne vigtige sætning lyder: »Modtag Helligånden.«

Denne ordinances enkelthed kan medføre, at vi overser dens betydning. Disse to ord – »Modtag Helligånden« – er ikke en passiv erklæring, de udgør snarere et præstedømmepåbud – en bemyndiget formaning til at handle og ikke blot være genstand for handling (se 2 Ne 2:26). Helligånden bliver ikke

virksom i vores liv, blot fordi der lægges hænder på vores hoved og de to vigtige ord udtales. Når vi modtager denne ordinance, accepterer vi hver især et helligt og vedvarende ansvar for at ønske, søge, arbejde og leve således, at vi faktisk »modtager Helligånden« og dennes medfølgende åndelige gaver. »For hvad gavner det et menneske, at han, hvis der bliver skænket ham en gave, ikke modtager den? Se, han glæder sig ikke over det, der bliver givet til ham, ej heller glæder han sig over den, der er gavens giver« (L&P 88:33).

Hvad bør vi gøre for at gøre denne bemyndigede formaning om at søge det tredje medlem af Guddommens ledsagelse til en vedvarende proces? Lad mig foreslå, at vi (1) oprigtigt må ønske at modtage Helligånden, (2) passende må invitere Helligånden ind i vores liv og (3) trofast må adlyde Guds befalinger.



# Hvorfor er tempelordinancerne vigtige?

Tempelordinancer fører til de største velsignelser, der er tilgængelige for vor himmelske Faders børn. Disse ordinancer forbereder os til efter dette liv at leve for evigt med vor himmelske Fader og vores familie. De velsigner os med åndelig kraft og vejledning i jordelivet. I templet kan vi også modtage afgørende ordinancer på vegne af forfædre, der døde uden at have mulighed for selv at modtage disse ordinancer.

Hvordan har tempelordinancerne været en vejledning og en velsignelse for dig? Hvordan har deltagelse i disse ordinancer bragt dig tættere på vor himmelske Fader?

Hvilke oplevelser har kvorumsmedlemmerne haft med tempelordinancer? Hvordan kan de hjælpe hinanden til at lære om samt få et vidnesbyrd om tempelordinancer?

---

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeskilder, mens du forbereder dig. Hvad vil inspirere de unge mænd til at være værdige til og deltage i tempelordinancer?*

L&P 84:19-22 (Guddommelighedens kraft er i præstedømmets ordinancer)

Thomas S. Monson, »Templets velsignelser«, *Liahona*, maj 2015, s. 91-93

L&P 131:1-4 (Den nye og evigtvarende ægteskabspagt)

Quentin L. Cook, »Rødder og grene«, *Liahona*, maj 2014, s. 44-48

Kent F. Richards, »Guddommelighedens kraft«, *Liahona*, maj 2016, s. 118-120

»Templer«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 147-151

Video: »Templer er et fyrtårn«

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Medbring en genstand eller et billede, og spørg, hvilken forbindelse det har til sidste uges lektion. Gennemgå sammen den lærdom, der blev undervist om i sidste uge.
- Bed en ung mand om at vise et billede af templet og forklare, hvorfor tempelordinancerne er vigtige for ham.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvorfor tempelordinancer er vigtige. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kворum:

- Bed de unge mænd om at afslutte følgende sætning og dele deres svar med klassen: »Når jeg tager til templet, \_\_\_\_\_.« Hvilke andre svar finder de i listen med ni punkter i ældste Kent F. Richards' tale »Guddommelighedens kraft«? De kan også gennemse talen og finde svar på spørgsmålet: »Hvorfor er tempelordinancer vigtige?« Bed de unge mænd om at dele en oplevelse, de har haft for nylig, da de besøgte templet. Hvilke velsignelser har de modtaget ved tempeltjeneste?
- Bed de unge mænd om i præsident Monsons tale »Templets velsignelser« at se efter de velsignelser, der kommer, når man tager til templet. Hvilke velsignelser har de fået, når de er kommet i templet og har taget del i tempelordinancerne? Du kan også fortælle om oplevelser fra dit eget liv, der viser, hvordan tempelordinancer har velsignet dig.
- Vis et billede af et ægtepar foran et tempel (se hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 120). Læs sammen L&P 131:1-4 sammen, og find de velsignelser, der loves dem, der indtræder i den nye og evige ægteskabspagt. Hvilke velsignelser vil blive holdt tilbage fra dem, der ikke indtræder i denne pagt? Hvordan adskiller Herrens syn på ægteskab sig fra verdens syn? Bær dit vidnesbyrd for de unge mænd om de velsignelser, der er tilgængelige for dem og deres kommende familie, når de tager del i templets ordinancer.
- Vis videoen »Templer er et fyrtårn« og spørg de unge mænd, hvorfor de tror, at familien Mou Tham var villig til at yde så store ofre for at komme i templet. Hvad har de ofret eller set andre ofre for at tage i templet og modtage dets velsignelser?
- Del kvorummet op i to, og bed den ene halvdel om at forestille sig, at de er den anden halvdels afdøde

### Undervisningstip

»Når vi mødes for at lære om evangeliets lærdomme, bør det være i en ærbødig ånd ... Manglende ærbødighed er lige noget, der harmonerer med modstanderens hensigter ved at spærre de fintmærkende kanaler for åbenbaring i både hjerte og ånd« (Boyd K. Packer i *Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 82).

forfædre. Bed dem om at forestille sig, at de selv døde uden at blive døbt, men har accepteret evangeliet i ånde verden. Bed dem hver især om at skrive en besked til deres levende efterkommere og give den til en af de unge mænd i den anden halvdel af kvorummet. Bed kvorumsmedlemmerne om at læse budskaberne højt.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de vigtigheden af tempelordinancer? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Lede kvorummet i at planlægge en tur til templet, hvor de kan udføre dåb for de døde. De kan medtage deres egne familienavne, hvis det er muligt. Han kan også opfordre kvorumsmedlemmerne til at bruge det, de har lært i dag, til at opmuntre

Skriv denne lektions titel på tavlen, og bed de unge mænd om at tænke over dette spørgsmål, mens de læser det tredje og fjerde afsnit af overskriften »Slægtshistorisk teknologi« i ældste Quentin L. Cooks tale »Rødder og grene«. Bed dem om at dele deres tanker.

andre kvorumsmedlemmer til at forberede sig til at tage i templet med dem.

- Spørg kvorumsmedlemmerne, hvad de føler, at de skal gøre på grund af det, som de har lært i dag.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren befandt sig ofte i templet, hvor han underviste. Gennem sine nutidsprofeter har han også belært om, at tempelordinancerne fører os til de største velsignelser, der er tilgængelige takket være forsoningen. Efterhånden som du forstår betydningen af tempelordinancerne, kan du i højere grad opfordre de unge mænd til at forberede sig til selv at modtage tempelordinancerne.

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra *Quentin L. Cook*, »Rødder og grene«, *Liahona*, maj 2014, s. 46, 47

Tempeltjeneste og slægtsforskning handler ikke kun om os. Tænk på dem på den anden side af sløret, der venter på de frelsende ordinancer, som befrier dem fra fangenskab i det åndelige fængsel. *Fængsel* defineres som »en tilstand af indespærring eller fangenskab« (*Merriam-Webster's Collegiate Dictionary*, 11. udg., 2003, »prison«). De, der befinder sig i fangenskab, stiller måske [dette] spørgsmål: »Hvad nu?«

En trofast søster fortalte om en særlig åndelig oplevelse i templet i Salt Lake City. I

bekræftelsesværelset hørte hun, efter at den stedfortrædende bekræftelse var blevet sagt: »For fangerne skal gives fri!« Hun fornemmede vigtigheden for dem, der venter på, at der bliver udført dåb og bekræftelse for dem. Da hun kom hjem, søgte hun i skrifterne efter den sætning, som hun havde hørt. Hun fandt Joseph Smiths erklæring i afsnit 128 i Lære og Pagter: »Lad jeres hjerte fryde sig og være overordentlig glad. Lad jorden bryde ud i sang. Lad de døde synge hymner til evig pris for kong Immanuel, som, før verden blev til, har forordnet det, der vil sætte os i stand til at forløse dem fra deres fængsel; for fangerne skal gives fri« (L&P 128:22).



## Hvad er præstedømmets ed og pagt?

Vi modtager det hellige præstedømme ved »ed og pagt«. Dette betyder, at vor himmelske Fader giver os sin ed på, at vi kan have magten og velsignelsen ved præstedømmet, hvis vi indgår pagt med ham om at højne vores kaldelse, være trofaste i at holde befalingerne og leve ved hvert ord, der udgår af Guds mund.

### Forbered dig åndeligt

*Se efter, hvad der vil hjælpe de unge mænd til at højne deres kaldelse og pligter som præstedømmebærere, når du studerer skrifterne og andre hjælpeklider om præstedømmepagter.*

L&P 84:33-44 (Menneskene opnår evigt liv ved præstedømmets ed og pagt)

L&P 121:34-40 (Hvorfor mange er kaldet, og få er udvalgt)

L&P 121:41-46 (Præstedømmet skal kun bruges i retfærdighed)

Henry B. Eyring, »Tro og præstedømmets ed og pagt«, *Liahona*, maj 2008, s. 61-64

Anthony D. Perkins, »Tag vare på jer selv«, *Liahona*, nov. 2012, s. 54-56

»Forberedelse til modtagelse af Det Melkisedekske Præstedømme«, *Udførelse af min pligt mod Gud*, 2010, s. 84-87

Video: »I skal hellige jer«

Tænk på de gange, hvor du har højnet din kaldelse som præstedømmebærer. Hvilke velsignelser modtog du, når du gjorde det? Hvad inspirerer dig til at højne din kaldelse?

Hvad kan afholde de unge mænd fra at holde den pagt, de indgik, da de modtog præstedømmet? Hvornår har du set de unge mænd højne eller bruge deres præstedømme?

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om hver især at tegne et billede, der har noget at gøre med det, de lærte i sidste uges lektion, og vise det til kvorummet. Hvordan har de anvendt det, de lærte?
- Medbring en ordbog, og lad de unge mænd slå ordene *ed* og *pagt* op. Bed en af dem om at skrive en opsummering på tavlen. Hvorfor tror de unge mænd, at disse ord er forbundet med at modtage præstedømmet? (se L&P 84:40-41).

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå præstedømmets *ed* og *pagt*. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Nogle af kvorumsmedlemmerne har måske afsluttet projektet om at forberede sig til Det Melkisedekske Præstedømme i *Pligt mod Gud* (se s. 84-86). Hvis det er tilfældet, så overvej at lade dem undervise de andre kvorumsmedlemmer om, hvad de lærte om præstedømmet.
- Vis videoen »I skal hellige jer«, og bed de unge mænd om at fortælle, hvad de lærer om vigtigheden af trofasthed i at højne præstedømmet. Bed med biskoppens tilladelse et par søstre (såsom mødre til de unge mænd) om at komme og fortælle de unge mænd, hvordan trofaste præstedømmebærere har påvirket dem og deres familie.
- Giv hver af de unge mænd en kopi af præsident Henry B. Eyrings tale »Tro og præstedømmets ed og pagt«, og bed kvorummet om at finde de velsignelser, som præsident Eyring siger, at præstedømmebærere modtager, når de i tro højner deres kaldelser. Bed kvorumsmedlemmerne om at fortælle, hvad de har fundet. Hvilke af de velsignelser, som præsident Eyring nævner, ønsker de mest at modtage, og hvorfor?
- Fortæl de unge mænd om afsnittet »Præstedømmets ed og pagt« fra

### Undervisningstip

»Kommenter forkerte svar med respekt og høflighed. Sørg for, at vedkommende stadig har det godt med at deltage. Du kan vælge selv at påtage dig ansvaret ved at sige noget i retning af: »Undskyld, jeg tror ikke, at jeg udtrykte mig så klart. Lad mig prøve igen« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 69).

ældste Anthony D. Perkins tale »Tag vare på jer selv«. Bed en af de unge mænd om at tegne den »celestiale vej«, som ældste Perkins beskriver. Bed derefter de unge mænd om hver

især at tilføje et vejskilt, der advarer om åndelige farer, som præstedømmebærere bør undgå. Hvad kan vi som præstedømmebærere gøre for at undgå disse farer?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en bedre forståelse af præstedømmets ed og pagt? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle kvorummet, hvad han vil gøre for at højne sin kaldelse og sine pligter i præstedømmet og bede kvorummedlemmerne om at lave deres egne planer.
- Udfordre kvorummedlemmerne til at være opmærksom på, hvordan vor himmelske Fader velsigner dem, når de udfører deres præstedømmepligter.

## Undervisning på Frelserens måde

I sin jordiske tjenestegering opfordrede Frelseren sine disciple til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. I al sin undervisning fokuserede han på at hjælpe sine tilhængere til at efterleve evangeliet af hele deres hjerte. Find ud af, hvordan man kan hjælpe de unge mænd til at forstå og efterleve præstedømmets ed og pagt af hele deres hjerte.



# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Henry B. Eyring, »Tro og præstedømmets ed og pagt«, Liahona, maj 2008, s. 61-64*

Lad mig beskrive nogle af de velsignelser, som I vil opnå, når I går fremad i tro.

For det første, er selve det faktum, at I er blevet tilbudt eden og pagten, bevis på, at Gud har valgt jer, og han kender jeres styrke og evner. Han har kendt jer, siden I var hos ham i åndeverdenen. Med hans forudviden om jeres styrke har han tilladt jer at finde Jesu Kristi sande kirke og modtage tilbuddet om præstedømmet. I kan føle jer trygge, fordi I har bevis på hans tillid til jer.

For det andet, hvis I vil prøve at holde jeres pagter, har Frelseren lovet sin personlige hjælp. Han har sagt, at når I går fremad og ærer præstedømmet: »... der vil jeg også være; for jeg vil drage foran jeres ansigt. Jeg vil være ved jeres højre hånd og ved jeres venstre, og min Ånd skal være i jeres hjerte og mine engle rundt omkring jer til at styrke jer« (L&P 84:88).

I kan ligesom jeg til tider have brug for bekræftelse på, at I har styrke til at leve op til jeres pligter i dette hellige præstedømme. Herren forudså jeres behov for bekræftelse. Han sagde: »For de, der er trofaste, så de får disse to præstedømmer, hvorom jeg har talt, og så de højner deres kald, bliver helliggjort ved

Ånden, således at deres legeme bliver fornyet« (L&P 84:33) . . .

I er også blevet lovet kraft til at bære vidnesbyrd, og i den proces bliver I rensset og forberedt til det evige liv, I er blevet lovet . . .

Der er en anden vidunderlig velsignelse, som vil styrke jer, når I holder jeres præstedømmepagter. Tjeneste i præstedømmet vil forberede jer til at leve i evige familier. Det vil ændre jeres følelser om, hvad det vil sige at være mand, far, søn og bror. Forandringen i jeres hjerte kommer, når I mærker, at jeres tro vokser og løftet om evigt liv gennem Det Melkisedekske Præstedømme bliver virkeligt . . .

Jeg er personligt et vidne på, at præstedømmetjeneste udøvet i tro har en sådan forandrende effekt på vores hjerte og følelser. En ung mand, som hører mine ord i dag, kan have tillid til, at han ved at ære sit præstedømme vil blive beskyttet mod fristelsen til at begå seksuel synd, som er så udbredt i den verden, vi lever i. Det vil være muligt for den aronske præstedømmebærer, som hører mig i aften, som øger sin tro i sikker forvisning om evigt liv gennem det evige præstedømme, at han vil have kraften til at kunne se Guds døtres sande værd og med løftet om efterkommere at se grunden til at være ren og forholde sig ren.



## Hvad vil det sige at påtage sig Jesu Kristi navn?

Når vi bliver døbt, indgår vi pagt om at påtage os Jesu Kristi navn. Vi fornyer denne pagt, når vi tager del i nadveren (se L&P 20:77). Vi opfylder denne pagt, når vi sætter Herren først i vores tilværelse, ved at stræbe efter at tænke og handle, som han ville, og ved at stå »som Guds vidner til alle tider og i alle ting og på alle steder« (Mosi 18:9).

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og ressourcer kan hjælpe de unge mænd til at forstå den pagt, de har indgået, om at påtage sig Kristi navn?*

Mosi 5 (Hvorfor det er vigtigt at påtage sig Kristi navn)

Robert D. Hales, »Vær en mere kristen kristen«, *Liahona*, nov. 2012, s. 90-92

3 Ne 27:27 (Vi bør stræbe efter at blive ligesom Jesus Kristus)

Mervyn B. Arnold, »Hvad har du gjort med mit navn?« *Liahona*, nov. 2010, s. 105-107

L&P 20:37, 77 (At påtage os Kristi navn er en del af vores dåbspagt og nadverordinancen)

Video: »Vov at stå alene«

Hvad tror du, det vil sige at påtage sig Kristi navn? Hvad gør du for at holde denne pagt?

Hvilke udfordringer og velsignelser er et resultat af, at de unge mænd påtager sig Kristi navn? Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at sætte Gud først i deres tilværelse?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kворummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kворumsmøde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle om oplevelser, de har haft for nyligt, der har mindet dem om eller gentaget noget, som de har lært om ved kvorumsmøderne eller ved andre klasser i Kirken.
- Bed en af kvorumsmedlemmerne om at sige bønnen til nadverbrødet (eller læse den fra L&P 20:77). Hvad tror de, det vil sige at »påtage sig [Jesu Kristi] navn«?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvad det vil sige at påtage sig Jesu Kristi navn. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Vis videoen »Vov at stå alene.« Hvad mener de unge mænd, at præsident Monsons hovedbudskab er i denne video? Hvordan viste de unge, der blev skildret i videoen, at de havde påtaget sig Frelserens navn? Bed de unge mænd om at fortælle om deres egne lignende oplevelser.
- Læs følgende udtalelse fra præsident Henry B. Eyring: »Vi lover at påtage os hans navn. Det betyder, at vi må se os selv som hans børn. Vi vil lade ham komme i første række i vores liv. Vi vil det, han vil, snarere end det, vi vil, eller det, som verden lærer os, at vi vil« (»Vær ét«, *Liahona*, sep. 2008). Del kvorummet op i tre grupper, og bed hver gruppe om at diskutere et af følgende spørgsmål: Hvad betyder det, at vi ser os selv som tilhørende Kristus? Hvordan sætter vi Frelseren først i vores tilværelse? Hvad betyder det at ønske det, som Frelseren ønsker? Bed en person fra hver gruppe om at fortælle resten

af kvorummet, hvad deres gruppe har drøftet.

- Bed de unge mænd om at læse Mosija 5, og være opmærksomme på svar på spørgsmål såsom »Hvad vil det sige at påtage sig Kristi navn?« og »Hvorfor er det vigtigt, at vi påtager os Kristi navn?« Bed dem om at fortælle, hvad de har fundet frem til, og nævne specifikke ting, som de kan gøre for at vise, at de har påtaget sig Frelserens navn.
- Spørg de unge mænd, om de ved, hvorfor deres forældre valgte deres navn. Hvordan påvirker deres navn, hvem de er, og hvordan de prøver at leve deres liv? Lad nogle af de unge mænd læse Helaman 5:6-8, og bed resten om at læse de første tre afsnit af ældste Mervyn B. Arnolds tale »Hvad har du gjort med mit navn?« Bed dem derefter om at opsummere for hinanden, hvad de har læst. Hvordan inspirerede navnene Nepi, Lehi og

### Undervisningstip

»Bed eleverne om at gentage principperne med deres egne ord. Dette vil hjælpe dig med tidligt i lektionen at vide, om de forstår bestemte ord eller principper. Hvis der er noget, som de ikke forstår, kan du sørge for at give forklaringer, der vil give resten af lektionen mere mening for dem« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 73).

George Albert Smith disse mennesker til at leve retskaffent? Hvordan bliver vi inspireret af vores pagt om at påtage os Jesu Kristi navn? Læs sammen i kvorummet de sidste to afsnit af talen, og bed de unge mænd om at drøfte, hvordan de vil anvende ældste Arnolds udfordring.

- Læs følgende udtalelse fra ældste Robert D. Hales: »Ordet *kristen* betyder, at vi påtager os Kristi navn.«

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvad det vil sige at påtage sig Jesu Kristi navn? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad det betyder for ham at have påtaget sig Frelserens navn.
- Opfordre de andre kvorumsmedlemmer til at overveje, om der er ændringer, de bør foretage hos sig selv efter det, de har lært i dag.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren kendte dem, han underviste, og han vidste, hvem de kunne blive. Når de kæmpede, gav han ikke op, men blev ved med at elske og tjene dem. Hvordan kan du vise din kærlighed og støtte til de unge mænd, du underviser?

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Robert D. Hales, »Vær en mere kristen kristen«, Liahona, nov. 2012, s. 90-92*

Jeg vidner om, at vi gennem hans uendelige kærlighed og nåde kan blive mere kristne kristne. Overvej følgende kristuslignende egenskaber. Hvordan går det for os med at styrke dem hos os selv?

*Kristen kærlighed.* Frelseren værdsatte alle. Venlig og medfølelse mod alle forlod han de 99 for at finde den ene (se Matt 18:12-14), for »selv alle [vore] hovedhår er talt« (Luk 12:7) for ham.

*Kristen tro.* Trods fristelser, prøvelser og forfølgelser stolede Frelseren på vor himmelske Fader og valgte at være trofast og lydige mod hans befalinger.

*Kristent offer.* Gennem hele sit liv gav Frelseren af sin tid, af sin kraft og i sidste instans sig selv gennem forsoningen, så alle Guds børn kunne opstå og få mulighed for at arve evigt liv.

*Kristen omsorg.* Ligesom den barmhjertige samaritaner rakte Frelseren bestandig ud for at redde, elske og nære mennesker omkring sig, uanset deres kultur, tro eller forhold.

*Kristen tjeneste.* Hvad enten Frelseren trak vand op fra en brønd, tilberedte et måltid med fisk eller vaskede støvede fødder, tilbragte han sin tid med at tjene andre – opløftede de udmattede og styrkede de svage.

*Kristen tålmodighed.* I sin egen sorg og lidelse håbede Frelseren på sin Fader. Med tålmodig venten på os, håber han på, vi kommer til fornuft og kommer hjem.

*Kristen fred.* Under hele sin tjenestegerning tilskyndede han til forståelse og arbejdede for fred. Især blandt sine disciple belærte han om, at kristne ikke kan strides med andre kristne, trods deres forskelligheder.

*Kristen tilgivelse.* Han lærte os at velsigne dem, der forbander os. Han viste os vejen ved at bede om, at de, der korsfæstede ham, måtte blive tilgivet.

*Kristen omvendelse.* Ligesom Peter og Andreas genkender mange sandheden i evangeliet, så snart de hører den. De blev omvendt på stedet. For andre tager det længere tid. I en åbenbaring til Joseph Smith sagde Frelseren: »Det, der er af Gud, er lys; og den, der modtager lys og forbliver i Gud, modtager mere lys; og det lys vokser sig klarere og klarere indtil den fuldkomne dag« (L&P 50:24). Jesus Kristus er »verdens lys og forløser; sandhedens Ånd« (L&P 93:9).

*Hold ud som kristen til enden.* Frelseren opgav aldrig i alle sine dage at gøre sin Faders vilje, men fortsatte i retskaffenhed, godhed, barmhjertighed og sandhed til slutningen af sit jordiske liv.

# August: Ægteskab og familie

*»Ægteskab mellem mand og kvinde er indstiftet af Gud, og ... familien er af afgørende betydning i Skaberens plan for sine børns evige skæbne« (»Familien: En proklamation til verden«, Liahona, nov. 2010, s. 129).*

Oplæggene denne måned vil hjælpe bærere af Det Aronske Præstedømme til at forstå familiens betydning i deres egen tilværelse og i vor himmelske Faders plan for sine børn. De sandheder, som de erfarer denne måned, vil hjælpe dem til at forsvare ægteskabet og familien mod modstanderens angreb og bedrag. Disse sandheder vil også hjælpe dem til at fuldføre deres præstedømmepligt om at styrke deres familie nu og forberede sig til at have en retskaffen familie som en retskaffen ægtemand og far i Zion.

For at integrere Pligt mod Gud i søndagens kvorumsmøder, kan du overveje at undervise i Pligt mod Gud-oplægget herunder.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvordan kan jeg styrke min familie? (Pligt mod Gud)*

*Hvorfor er kyskhed vigtig?*

*Hvorfor er tempelægteskab vigtigt?*

*Hvorfor er familien vigtig?*

*Hvorfor er det vigtigt at følge Kirkens standarder omkring dating?*

*Hvordan kan jeg forberede mig nu til at blive en retskaffen ægtemand og far?*

*Hvordan supplerer mænds og kvinders roller hinanden i familien?*

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvælg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne i denne måned:

»Tjen andre«, s. 26-27, 50-51, 74-75

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68

»Familie og venner«, s. 79-83



## PLIGT MOD GUD

# Hvordan kan jeg styrke min familie?

»Lykke i familielivet vil med størst sandsynlighed opnås, når det baseres på Herren Jesu Kristi lærdomme. Vellykkede ... familier opbygges og bevares ved tro, bøn, omvendelse, tilgivelse, respekt, kærlighed, barmhjertighed, arbejde og sunde fritidsbeskæftigelser« (»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129). Når vi hjælper vore forældre til at udføre disse mål, kan vi hjælpe vores familie til at opnå den lykke, som vor himmelske Fader ønsker for os.

---

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsmøt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad tror du, der vil hjælpe de unge mænd til at styrke deres familie?*

1 Ne 8:12 (Lehi ønsker, at hans familie spiser af frugten fra livets træ)

1 Ne 16:14-32 (Nefi styrker sin familie)

2 Ne 25:26 (Vi underviser vore børn om Kristus)

*Udførelse af min pligt mod Gud*, 2010, s. 27, 51, 75, 82

»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129

Dieter F. Uchtdorf, »Til ære for dem, der værner«, *Liahona*, maj 2016, s. 77-80

Bonnie L. Oscarson, »Familieproklamationens forsvarere«, *Liahona*, maj 2015, s. 14-17

M. Russell Ballard, »Fædre og sønner: Et bemærkelsesværdigt forhold«, *Liahona*, nov. 2009, s. 47-50; se også videoen »Fædre og sønner«

Videoter: »Mellem to brødre«, »Ved små ting«

Hvilke oplevelser har du haft med din familie, der har gjort dig glad? Hvilke velsignelser har du set i din familie, når du har fulgt Frelserens lærdomme?

Hvad ved du om det familieliv, som de unge mænd, du underviser, har? Hvordan kan du hjælpe dem til at forstå, at familier er lykkeligere, når de stræber efter at følge Frelserens lærdomme?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre*



deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmøde.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed på forhånd et medlem af kvorumspræsidentskabet om at vælge en salme, der har relation til sidste uges lektion. Lad ham læse nogle vers fra salmen og fortælle kvorumsmedlemmerne, hvilken forbindelse denne salme har til sidste uges lektion.
- Lad et kvorumsmedlem vise et billede af en familie fra skrifterne og fortælle, hvordan de forskellige familiemedlemmers handlinger medførte lykke eller ulykke for familien (man kan drøfte Lehis, Jakobs, Adams eller andres familie).

## Pligt mod Gud-planer

Afsæt i slutningen af kvorumsmødet tid til, at de unge mænd kan lægge planer i deres *Pligt mod Gud*-hæfter. Disse planer er personlige, men kvorumsmedlemmerne kan hjælpe hinanden med at komme med forslag til disse planer.

---

## Lær sammen

Formålet med denne lektion er at opmuntre de unge mænd til hver især at opfylde deres præstedømmepligt om at styrke deres familie. Som et led i denne lektion bør kvorumsmedlemmerne lægge planer i deres *Pligt mod Gud*-hæfte om at tjene deres familiemedlemmer eller påbegynde deres projekt under »Familie og venner«. Bed på forhånd de unge mænd om at tage deres *Tro mod Gud*-hæfter med i kirke. Bed dem ved et kommende kvorumsmøde om at fortælle om de oplevelser, de har haft med udførelsen af deres planer.

- Præsident Dieter F. Uchtdorf underviste i sin tale »Til ære for dem, der værner« om familier: »Vi har måske fælles gener, men vi er ikke ens. Vores ånd er unik ... Vi kan vælge at hylde disse forskelligheder.« Hvilke unikke egenskaber eller styrker har hver enkelt unge mand? Hvordan kan hver enkelt unge mand bruge sin unikke styrke til at velsigne sin familie? Kvorummet kan også gennemse dele af talen i mindre grupper og se efter og fortælle om noget, der springer dem i øjnene. Du kan også bede kvorumsmedlemmerne se en af videoerne i dette oplæg og se, hvad familiemedlemmerne gjorde for

at forbedre deres forhold. Hvordan kan de unge mænd hylde forskellighederne i deres familie? Hvilke forslag kan de komme med om, hvordan de kan styrke forholdet i deres familie?

- I talen »Familieproklamationens forsvarere« underviser Bonnie L. Oscarson os i, at »vi kan alle – kvinder, mænd, unge og børn, enlige eller gifte – arbejde på at skabe et hjem. Vi bør »gøre vores hjem« til et ordens sted, et tilflugtssted, et helligt sted og et sikkert sted« (*Liahona*, maj 2015, s. 17). Hvilke forslag kommer søster Oscarson ellers med til, hvordan

Kirkens medlemmer kan forsvare og styrke deres familie? Hvad kan de unge mænd foretage sig for at gøre deres hjem til et ordens sted, et helligt sted og et sikkert sted?

- Overvej at bede nogle kvorumsmedlemmer om at undervise i dele af denne lektion. De kan for eksempel fortælle, hvad deres familie gør for at være lykkelige, eller de kunne benytte et af forslagene herunder. Nogle præster har måske færdiggjort »Familie«-projektet i *Pligt mod Gud* (s. 80-82) og kan fortælle om deres erfaringer.
- Lad de unge mænd nedskrive, hvad der kan forhindre nogle familier i at være mere lykkelige. Giv dem hver især et eksemplar af »Familien: En proklamation til verden« (se *Pligt mod Gud*, s. 107). Giv kvorumsmedlemmerne et par minutter til at læse

det syvende afsnit og understrege principper, der vil føre til lykke i familielivet. Bed dem om hver især at læse 1 Nefi 16:14-32 og gengive, hvordan Lehis familie anvendte disse principper. Bed dem om at fortælle om oplevelser, som de har haft, der har lært dem om vigtigheden af disse principper i familielivet.

- Bed dem om at læse »Familie« i *Til styrke for de unge* og finde ud af, hvad de kan gøre for at styrke deres familie. Bed dem derefter om at fortælle om det. Lad de unge mænd slå op i deres *Pligt mod Gud*-hæfter i afsnittet »Tjen andre« (diakon, s. 27; lærer, s. 51; præst, s. 75) og skrive, hvad de kan gøre for at styrke deres familie gennem tjeneste (se »Min personlige plan for at yde tjeneste«). Bed et par unge mænd om at fortælle kvorummet om deres planer.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de som præstedømmebærere kan styrke deres familie? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Lad de unge mænd skrive i deres *Pligt mod Gud*-hæfter, hvad de kan gøre for at styrke deres forhold til deres familiemedlemmer (hvis de ikke allerede har gjort det, se s. 82).
- Lad kvorumsmedlemmerne fortælle, hvordan de har hjulpet deres familie til at være gladere.
- Bære sit vidnesbyrd om det vigtige ansvar, hver ung mand har for at hjælpe sin familie til at være gladere.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren elskede sine disciple, bad for dem og tjente dem konstant. Han fandt muligheder for at være sammen med dem og udtrykke sin kærlighed. Han vidste, hvad deres interesser, håb og ønsker var, og hvad der foregik i deres liv. Bed de unge mænd om at komme med ideer til, hvordan de kan tjene og vise deres kærlighed til deres familiemedlemmer.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Bonnie L. Oscarson, »Familieproklamationens forsvarere«, Liahona, maj 2015, s. 17*

Vi skal tage et udtryk, der nogen gange bliver hånligt omtalt, og ære det. Det er udtrykket *husmor*. Vi kan alle – kvinder, mænd, unge og børn, enlige eller gifte – arbejde på at skabe et hjem. Vi bør »gøre vores hjem« til et ordens sted, et tilflugtssted, et

helligt sted og et sikkert sted. Vores hjem bør være et sted, hvor Herrens Ånd føles i overflod, og hvor skrifterne og evangeliet bliver studeret, undervist og efterlevet. Hvilken forskel det ville gøre i verden, hvis alle ville se sig selv som skabere af et retskaffent hjem. Lad os forsvare hjemmet som et sted, der kun overgås i hellighed af templet.



## Hvorfor er kyskhed vigtig?

Kyskhed er seksuel renhed og indebærer at være moralsk ren i tanker, ord og handlinger. Seksuel intimitet er indstiftet af Gud med henblik på at skabe børn og udtrykke kærlighed mellem mand og hustru. Gud har befalet, at seksuel intimitet skal gemmes til ægteskabet. Når vi er seksuelt rene, kan vi have Helligånden hos os, og vi bliver beskyttet mod de følelsesmæssige og åndelige skader ved seksuel synd og er værdige til at bære Guds præstedømme.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse hjælpeklider. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at forstå og føle vigtigheden af kyskhed?*

1 Mos 39:7-21 (Josef flygtede fra seksuel synd)

1 Ne 10:21 (Vi skal være rene for at bo hos Gud)

Alma 39:1-13 (Seksuel synd er en vederstyggelighed)

Moro 9:9 (Kyskhed er kært og dyrebart)

L&P 46:33 (Øv dyd og hellighed over for Herren)

Linda S. Reeves, »Værdig til vore lovede velsignelser«, *Liahona*, nov. 2015, s. 9-11

Boyd K. Packer, »Den store plan for lykke«, *Liahona*, maj 2015, s. 26-28

David A. Bednar, »Vi tror, at vi skal være kyske«, *Liahona*, maj 2013, s. 41-44

Jeffrey R. Holland, »Hjælp til dem, der kæmper med at være tiltrukket af deres eget køn«, *Liahona*, okt. 2007, s. 40-43

»Påklædning og fremtoning«, »Seksuel renhed«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 6-8, 35-37

»Kyskhed«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 88-93

Videoer: »Jeg vælger at være ren«, »Ren selvtillid«, »Kyskhed: Hvor går grænsen?«

Hvordan har efterlevelse af kyskhedsloven været til velsignelse for dig?

Hvilke lærdomme vil bedst muligt hjælpe de unge mænd til at forstå vigtigheden af kyskhed? Hvilke falske lærdomme, der nedtoner vigtigheden af kyskhed, bliver de udsat for?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvoorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmøde.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed på forhånd et kvorumsmedlem om at forberede sig til at give en to minutter lang opsummering af det, han lærte ved det sidste kvorumsmøde. Bed den unge mand om at fortælle om det ved begyndelsen af lektionen.
- Lad en unge mand vise et billede af Josef, der modstår Potifars hustru (se hæftet *Evangelisk kunst*, nr. 11) og opsummere beretningen med sine egne ord. Hvad skete der med tiden på grund af Josefs trofasthed? Hvad kunne der være sket, hvis han havde brudt kyskhedsloven? Hvorfor er det vigtigt at forblive kysk?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå kyskhedsloven. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om kyskhedsloven (se »Pligt mod Gud«, s. 18, 42 eller 66).
- Lad nogle af de unge mænd læse skriftsteder om kyskhed (såsom de, der er foreslået i dette oplæg). Bed nogle andre om at læse »Seksuel renhed« i *Til styrke for de unge*, og lad resten læse »Kyskhed« i *Tro mod sandheden*. Bed dem om at finde svar på spørgsmålet: »Hvorfor er kyskhed vigtig for Herren?« Lad dem fortælle, hvad de finder frem til. Hvordan adskiller principperne i disse skriftsteder og hjælpeklider sig fra det, verden lærer om kyskhed? Hvad lærer de unge mænd af disse hjælpeklider, der kan hjælpe dem til at se det forkerte i verdens synspunkt?
- Vis videoen »Kyskhed: Hvor går grænsen?« Når I har set videoen, så bed de unge mænd om at forklare, hvad analogierne (såsom vandfaldet, flyet og alligatoren) lærer dem om kyskhedsloven. Hvad lærer de ellers af denne video? Bed dem om at tænke på og derefter fortælle om andre analogier, der lærer dem om vigtigheden af kyskhed.
- Del kvorummet op i grupper. Giv hver gruppe et af afsnittene i præsident Boyd K. Packers tale »Den store plan for lykke«, ældste David A. Bednars tale »Vi tror, at vi

### Undervisningstip

»Spørgsmål, der er skrevet på tavlen, inden klassen begynder, vil hjælpe eleverne med at tænke på ting, inden lektionen begynder« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 93).

skal være kyske« eller søster Linda S. Reeves' tale »Værdig til vore lovede velsignelser«. Bed hver gruppe om at studere deres afsnit og besvare spørgsmålet: »Hvorfor er det vigtigt at være seksuelt ren?« Bed dem om at gengive udtalelser eller sandheder, som de synes har en særlig betydning eller som er vigtige. Hvordan kan de benytte det, som de har lært, til at hjælpe deres venner til at forstå, hvorfor kyskhed er vigtigt for dem?

- Bed de unge mænd om at læse i afsnittet »Påklædning og fremtoning« i *Til styrke for de unge* og finde svar på spørgsmål, såsom: »Hvilke standarder har Herren vedrørende sømmelighed?« »Hvorfor er det vigtigt for jer at

følge disse standarder?« og »Hvordan afspejler og påvirker sømmelighed vores holdning til kyskhedsloven?« Bed dem om at fortælle om deres svar og overveje, hvad de kan gøre for i højere grad at efterleve disse standarder.

- Spørg de unge mænd, hvordan de kunne hjælpe en ven, der kæmper med tiltrækning af det samme køn. Lad dem finde inspiration i ældste Hollands artikel »Hjælp til dem, der kæmper med at være tiltrukket af deres eget køn«. Tilskynd dem til at skrive et brev, der kunne hjælpe deres ven. Hvad lærer de ellers af ældste Hollands artikel?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en større forståelse af kyskhedsloven? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værdt at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad han føler omkring vigtigheden af kyskhed, og hvad han vil gøre for at forblive moralsk ren.
- Udfordre andre kvorumsmedlemmer til at være kyske i deres tanker, udtalelser og handlinger.

## Undervisning på Frelserens måde

I alle situationer var Frelseren et eksempel og en mentor. Han lærte sine disciple at bede ved at bede sammen med dem. Han lærte dem at elske og tjene gennem den måde, han elskede og tjente dem på. Han lærte dem at undervise i hans evangelium gennem sin undervisning. Hvordan vil du over for dine unge mænd være et eksempel på kyskhed og dyd?

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra David A. Bednar, »Vi tror, at vi skal være kyske«, *Liahona*, maj 2013, s. 41-42

Mit budskab angår et grundlæggende spørgsmål af stor åndelig betydning: Hvorfor er kyskhedsloven så vigtig? Jeg beder til, at Helligånden vil bekræfte sandheden af de principper, jeg fremhæver.

## Faderens plan for lykke

Kyskheds evige betydning kan kun forstås med vor himmelske Faders plan for lykke for sine børn som den overordnede baggrund. »Alle mennesker – mænd og kvinder – er skabt i Guds billede. Hver enkelt er en højt elsket åndelig søn eller datter af himmelske forældre og ... besidder ... guddommelige egenskaber og muligheder« (»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129). Alle mænd og kvinder boede hos Gud, som hans åndelige børn, før de kom til jorden som dødelige. Faderens plan gør hans åndelige sønner og døtre i stand til at modtage en fysisk krop, få jordiske erfaringer og udvikle sig hen imod ophøjelse.

## Vigtigheden af et fysisk legeme

Vores fysiske legeme muliggør en bredde, dybde og intensitet af erfaringer, som ganske enkelt ikke kunne opnås i vores førjordiske tilstand. Således udvides vores forhold til andre mennesker, vores evne til at genkende og handle i overensstemmelse med sandheden og vores evne til at adlyde Jesu Kristi evangeliums principper og ordinancer gennem vores fysiske legeme. I det jordiske livs klasselokale oplever vi omsorgsfuldhed, kærlighed, venlighed, lykke, sorg, skuffelse, smerte og endda udfordringerne ved fysiske begrænsninger på måder, som forbereder os til evigheden. Kort sagt er der lektier, vi må lære, og erfaringer, vi, som skriften beskriver, må gøre os, »hvad angår kødet« (1 Ne 19:6; Alma 7:12-13).

## Forplantningens kraft

Da jorden var blevet skabt, blev Adam sat i Edens have. Det er dog vigtigt, at Gud sagde, at det ikke var godt, at manden skulle være alene (Moses 3:18; se også 1 Mos 2:18), og Eva blev Adams hustru og hjælper. Der var behov for både mænds og kvinders unikke kombination af åndelige, fysiske, mentale og følelsesmæssige evner for at virkeliggøre planen for lykke. »I Herren er kvinden intet uden manden og manden intet uden kvinden« (1 Kor 11:11). Hensigten er, at manden og kvinden lærer af, styrker, er til velsignelse for og fuldkommengør hinanden.

Den måde, hvorpå det jordiske liv skabes, er guddommeligt bestemt. »Den første befaling ... Gud gav til Adam og Eva, vedrørte deres mulighed for, som ægtemand og hustru, at blive forældre« (*Liahona*, nov. 2010, s.129). Befalingen om at mangfoldiggøre sig og opfylde jorden er stadig gældende. Derved er ægteskabet mellem en mand og en kvinde den gyldige kanal, gennem hvilken førjordiske ånder indtræder i jordelivet. Fuldstændig seksuel afholdenhed før ægteskabet og komplet troskab inden for ægteskabet beskytter ukrænkeligheden af denne hellige kanal.

Forplantningens kraft har en vigtig åndelig dimension. Misbrug af denne kraft undergraver formålene med Faderens plan og vores jordiske tilværelse. Vor himmelske Fader og hans elskede Søn er skabere og har betroet enhver af os en del af deres skabende kraft. Specifikke retningslinjer for passende brug af evnen til at skabe liv er en væsentlig del af Faderens plan. Hvad vi føler for, og hvordan vi bruger den himmelske kraft, vil i stor grad bestemme vores lykke i det jordiske liv og vores evige skæbne.



## Hvorfor er tempelægteskab vigtigt?

En mand og en kvinde kan i vor himmelske Faders plan for lykke blive beseglet til hinanden for tid og al evighed. De, der er beseglet i templet, har en forsikring om, at deres ægteskab vil vare for evigt, hvis de er tro mod deres pagter. De ved, at intet, ikke engang døden, kan adskille dem permanent.

---

### Forbered dig åndeligt

*Vær i dit studium af disse skriftsteder og andre hjælpemidler opmærksom på, hvad der vil hjælpe de unge mænd til at føle, hvor vigtigt det er at blive gift i Herrens tempel.*

L&P 49:16-17 (Ægteskab hjælper til at opfylde hensigten med skabelsen)

David A. Bednar, »Ægteskabet er afgørende i hans evige plan«, *Liahona*, juni 2006, s. 50-55

L&P 131:1-4; 132:15-21 (Ophøjelse kræver et celestialet ægteskab)

Richard G. Scott, »Velsignelserne ved evigt ægteskab«, *Liahona*, maj 2011, s. 94-97

»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129

»Ægteskab«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 174-177

L. Tom Perry, »Hvorfor ægteskab og familie betyder noget – overalt i verden«, *Liahona*, maj 2015, s. 39-42

Hvorfor er et tempelægteskab vigtigt for dig? Hvilke velsignelser får du og din familie på grund af denne ordinance?

Hvilke retskafne eksempler på tempelægteskab har de unge mænd? Hvordan kan du skabe et større ønske hos dem om at blive gift i templet?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorumsmedlem.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om hver især at tænke på et spørgsmål, der blev besvaret af sidste uges lektion, og bed derpå de unge mænd om at stille deres spørgsmål til de andre kvorumsmedlemmer. Afsæt et par minutter til besvarelse af spørgsmålene.
- Bed de unge mænd om at lave en liste over vigtige beslutninger i deres liv. Bed dem om at finde de beslutninger, som de tror, vil have den største indvirkning på deres evige skæbne, og forklare, hvorfor de valgte dem. Vis om muligt et billede af dig og din hustru taget den dag, I blev besejlet i templet. Fortæl, hvad du føler for din hustru og jeres tempelbesejlings evige betydning.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne med at forstå vigtigheden af et tempelægteskab. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Medbring to eller tre forskellige genstande (eller billeder af genstande), der illustrerer forskellige grader af kvalitet (for eksempel en plastiske og en metalske). Bed de unge mænd om at drøfte, hvorfor den mere holdbare genstand er bedre end genstanden, der ikke er så holdbar. Hvordan relaterer det til et ægteskab? Bed de unge mænd om at læse, se eller lytte til dele af ældste L. Tom Perrys tale «Hvorfor ægteskab og familie betyder noget – overalt i verden». Spørg dem, hvorfor de vil have et tempelægteskab.
- Bed et kvorumsmedlem om at undervise i en del af denne lektion. Dette kan han gøre som led i sin plan i Pligt mod Gud om at lære og undervise om evige familier (se »Forstå læresætningen«, s. 18, 42 eller 66).
- I talen »Ægteskab er afgørende i hans evige plan« nævner Ældste David A. Bednar to årsager til, at et ægteskab er så afgørende, og tre vejledende principper om læren om evigt ægteskab. Giv hver af kvorumsmedlemmerne en af årsagerne eller principperne, og bed dem derpå give til en anden i kvorummet, hvad det, de læste, lærte dem om ægteskab. Hvilke oplevelser kan de fortælle andre om, der illustrerer vigtigheden af det, som ældste Bednar lærer os?
- Læs sammen i kvorummet Lære og Pagter 131:1-4 og »Den nye og evige ægteskabspagt« i *Tro mod sandheden* (s. 174-175) og se efter svarene på spørgsmålet: »Hvorfor er et tempelægteskab vigtigt?« Hjælp om nødvendigt de unge mænd med ukendte ord eller udtryk. Bed

### Undervisningstip

»Historier kan vække elevernes interesse. Vi kan ofte undervise mere effektivt i et princip, når vi først fortæller en historie for at illustrere det. Dette hjælper eleverne med at forstå princippet udtrykt i hverdagssituationer« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 93).

kvorumsmedlemmerne om at nævne nogle ting, der måske kunne afholde unge mænd fra at gifte sig i templet. Hvad kan de gøre nu for at sikre sig, at de gifter sig i templet?

- Giv hver af de unge mænd en kopi af ældste Richard G. Scotts tale

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de vigtigheden af et tempelægteskab? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om vigtigheden af tempelægteskab og hans ønske om at gifte sig i templet.
- Udfordre kvorumsmedlemmerne til at forpligte sig til en dag at gifte sig i templet.

»Velsignelserne ved evigt ægteskab«. Hvad følte ældste Scott for sin evige partner? Hvad ved hans forhold til hans hustru gør indtryk på de unge mænd? Bed dem om at overveje, hvad det vil kræve at få et forhold som ældste og søster Scotts.

## Undervisning på Frelserens måde

I løbet af sin jordiske tjenestegerning stillede Frelseren spørgsmål, der førte til dybsindige tanker og følelser hos sine disciple. Han var oprigtigt interesseret i deres svar og glædede sig over deres udtryk for tro. Prøv at finde på spørgsmål, der hos de unge mænd vil føre til dybsindige tanker og følelser om templets ordinancer og især tempelægteskab. Lyt opmærksomt til deres svar, og svar med mildhed, som Ånden tilskynder dig.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Richard G. Scott, »Velsignelserne ved evigt ægteskab«, Liahona, maj 2011, s. 94-97*

Den 16. juli 1953 knælede min elskede Jeanene og jeg ned som et ungt par ved et alter i templet i Manti i Utah. Præsident Lewis R. Anderson besøgte os og erklærede os for ægtemand og hustru, viet for tid og al evighed. Jeg kan ikke i ord beskrive den fred og sindsro, der kom fra den forvisning om, at når jeg fortsat lever værdigt, vil jeg være i stand til at være sammen med min elskede Jeanene og vore børn for evigt på grund af den hellige ordinance, der blev udført med den rette præstedømmemyndighed i Herrens hus.

Vore syv børn er bundet til os ved templets hellige ordinance. Min dyrebare hustru, Jeanene, og to af vore børn befinder sig på den anden side af sløret. De er en kraftig motivation for alle tilbageblevne medlemmer af vores familie til at leve således, at vi sammen vil modtage alle de evige velsignelser, vi bliver lovet i templet.

To af de vigtige søljer, der støtter vor himmelske Faders plan for lykke, er ægteskabet og familien. Deres ophøjede vigtighed er understreget af Satans

utrættelige forsøg på at splitte familien og underminere vigtigheden af tempelordinancerne, som binder familien sammen i al evighed. Tempelbesøg giver større mening efterhånden, som livet skrider frem. Det vil hjælpe jer til at komme tættere på hinanden og finde større glæde og tilfredshed i jordelivet ...

Tilgiv mig, at jeg taler om min dyrebare hustru Jeanene, men vi er en evig familie. Hun var altid så glad og lykkelig, og meget af det kom af at tjene andre. Skønt hun var meget syg, bad hun i sin morgenbøn, sin Fader i himlen om at lede hende til nogen, som hun kunne hjælpe. Denne oprigtige bøn blev opfyldt igen og igen. Manges byrde blev lettere, deres liv blev gjort lysere. Hun blev konstant velsignet for at være et redskab, som Herren brugte.

Jeg ved, hvad det vil sige at elske en datter af vor Fader i himlen, som med ynde og hengivenhed fuldt ud levede op til en retscaffen kvindes feminine pragt. Jeg er sikker på, at når jeg engang ser hende igen på den anden side af sløret, vil vi opdage, at vi er endnu mere forelskede. Vi vil sætte endnu mere pris på hinanden efter at have tilbragt tid på hver sin side af sløret.



## Hvorfor er familien vigtig?

Familien er indstiftet af Gud, og den er af afgørende betydning i hans plan for hans børns evige skæbne. Denne guddommelige plan gør det muligt for enkeltpersoner at vende tilbage til hans nærvær og gør det muligt, at familier kan være forenet for evigt.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst følgende skriftsteder og hjælpeklider, og udvælg dem, der vil hjælpe de unge mænd til at forstå, hvorfor familien er vigtig.*

Rom 8:16-17; Hebr 12:9 (Vi er vor himmelske Faders børn)

1 Mos 2:18-24; L&P 131:1-4; 138:48 (Evangeliske sandheder om familien)

Mosi 4:14-15; L&P 68:25, 27-29; 93:40, 48-50 (Børn lærer evangeliet om af deres forældre)

»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129 (se også *Tro mod sandheden*, 2005, s. 35-37)

Carole M. Stephens, »Familien kommer fra Gud«, *Liahona*, maj 2015, s. 11-13

D. Todd Christofferson, »Hvorfor ægteskab, hvorfor familie«, *Liahona*, maj 2015, s. 50-53

L. Tom Perry, »Bliv agtværdige forældre«, *Liahona*, nov. 2012, s. 26-28

Videoer: »Familien kan være sammen for evigt; »Hjemmet er en guddommelig institution«

Musik til ungdomstemaet »Nothing Can Separate Us«

Hvorfor tror du, at familier er af afgørende betydning i vor himmelske Faders frelsesplan? Hvordan har du selv erfaret vigtigheden af familien?

Hvilke budskaber, der er i modstrid med det, som profeterne har sagt om familiens betydning, hører de unge mænd ude i verden? Hvordan kan du hjælpe dem til at forstå familiens evige betydning?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om parvis at drøfte, hvad de lærte af sidste uges lektion, og hvordan de kan anvende det.
- Bed på forhånd de unge mænd om at medbringe en genstand, der symboliserer et af deres yndlingsminder med deres familie (såsom familietraditioner, ferier eller andre aktiviteter). Lad de unge mænd hver især fremvise deres genstand og fortælle, hvorfor deres familie er vigtig for dem.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå familiens vigtighed. Følg *Åndens vejledning*, og vælg det eller de, der vil virke bedst i dit kvorum:

### Undervisningstip

»Hvis der er flere, som har noget at sige om et emne, kan du sige noget i retning af: ›Vi vil høre dig først, og så dig bagefter.‹ Så vil dem, du underviser, holde sig i ro, fordi de ved, at de vil få mulighed for at sige noget« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 69).

- Lad de unge mænd læse ældste D. Todd Christoffersons tale »Hvorfor ægteskab, hvorfor familie« eller de sidste otte afsnit af ældste L. Tom Perrys tale »Bliv agtværdige forældre« for at finde svar på spørgsmålet: »Hvorfor er familien vigtig?« Bed kvorumsmedlemmerne om at fortælle, hvad de har fundet frem til. Hvad kan de gøre for at vise, at de forstår, hvor vigtig familien er? Hvordan vil deres forståelse af familiens betydning påvirke den måde, hvorpå de behandler deres familiemedlemmer?
- Del kvorummet op i fire grupper. Få hver gruppe til at studere et af afsnittene i Carole M. Stephens' tale »Familien kommer fra Gud« (hvert afsnit begynder med en fremhævet sandhed om familien). Lad grupperne forberede sig på at undervise hinanden i, hvad de lærte af deres afsnit. Hvordan kan de undervise i og være et eksempel på disse sandheder i deres familie og i deres lokalsamfund?
- Vis en af de videoer, der er foreslået i dette oplæg, og bed de unge mænd om at være opmærksom på årsager til, at vor himmelske Fader har givet os familier. Spørg de unge mænd, hvordan de vil svare nogen, der siger noget i retning af »Jeg forstår ikke, hvorfor jeg skal giftes« eller »Jeg tror ikke, at jeg vil have børn, når jeg bliver voksen«. Hvad vil de sige til en ven, hvis familiesituation ikke er ideel lige nu? (Se »Familie«, *Til styrke for de unge*, s. 14-15).
- Giv dem hver især et af de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg. Bed

kvorumsmedlemmerne om at læse »Familien: En proklamation til verden« og se efter steder, der relaterer til deres skriftsted. Bed dem om hver især at fortælle om deres skriftsted

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvorfor familien er vigtig? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om vigtigheden af familien i Guds plan.
- Tilskynde kvorumsmedlemmerne om at fortælle et familiemedlem eller en ven om »Familien: En proklamation til verden«.

og hvilken del af proklamationen, det relaterer til. Bed dem om at fortælle om oplevelser, de har haft, som illustrerer familiens betydning.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede sine disciple til at bære vidnesbyrd, og når de gjorde det, rørte Ånden deres hjerte. Når du underviser de unge mænd om vigtigheden af familien, så bed dem om at bære deres vidnesbyrd om vigtigheden af familien i Guds frelsesplan.

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra L. Tom Perry, »Bliv agtværdige forældre«, Liahona, nov. 2012, s. 26-28

Vores styrkede familiekultur beskytter vore børn fra »Modstanderens ... brændende pile« (1 Ne 15:24), der ligger i påvirkningen fra deres venner, underholdning og berømtedder, anerkendelse og berettigelse samt internettet og medierne, som de konstant er udsat for. En stærk familiekultur hjælper vore børn til at leve i verden og ikke blive »af verden« (se Joh 15:19).

Præsident Joseph Fielding Smith har sagt: »Det er forældrenes pligt at lære deres børn disse frelsende principper fra Jesu Kristi evangelium, så de ved, hvorfor de skal døbes, og så der dybt i deres hjerte er et ønske om at fortsætte med at holde Guds befalinger, efter at de er blevet døbt, så de kan komme tilbage til hans nærhed. Vil I, mine kære brødre og søstre, gerne være sammen med jeres familie og jeres børn, og vil I gerne besegles til jeres fædre og jeres mødre, som gik forud for jer? ... Hvis det er tilfældet, må I begynde med at undervise fra vuggestadiet. I skal undervise ved eksemplet såvel som gennem belæringer« (Joseph Fielding Smith, i Conference Report, okt. 1948, s. 153).

I Familieproklamationen står der:

»Ægtemand og hustru har et stort ansvar for at elske og vise omsorg for hinanden og for deres børn. ›Sønner (børn) er en gave fra Herren« (Sl 127:3). Forældre har en hellig pligt til at opdrage deres børn i kærlighed og retskaffenhed, til at sørge for deres fysiske og åndelige behov, til at lære dem at elske

og tjene hinanden, til at overholde Guds befalinger samt til at være loydlige samfundsborgere, uanset hvor de bor ...

I henhold til den guddommelige plan skal fædre lede deres familier i kærlighed og retskaffenhed og har ansvaret for at sørge for livets fornødenheder samt beskytte deres familier. Mødre har primært ansvaret for at opdrage deres børn. I disse hellige ansvar er fædre og mødre forpligtet til at hjælpe hinanden som jævnbyrdige partnere« (»Familien: En proklamation til verden«, Liahona, nov. 2010, s. 129).

Jeg tror, at det er i henhold til den guddommelige plan, at moderskabets rolle lægger vægt på opdragelsen og undervisningen af den næste generation. Men det er vidunderligt at se ægtemænd og hustruer, der har fundet et virkeligt partnerskab, hvor de smelter sammen i indflydelse og kommunikation om deres børn og til deres børn.

Det ugudelige stormløb mod vore børn er både mere udspekuleret og skamløst, end det nogensinde før har været. Opbyggelse af en stærk familiekultur tilføjer endnu et lag til vore børns beskyttelse og isolerer dem fra verdslige påvirkninger.

Gud velsigne jer agtværdige mødre og fædre i Zion. Han har betroet jer omsorgen for sine evige børn. Som forældre er vi partnere, endda fælles med Gud om at tilvejebringe hans gerning og herlighed blandt sine børn. Det er vores hellige pligt at gøre vores allerbedste. Jeg vidner om dette i Jesu Kristi navn. Amen.



## Hvorfor er det vigtigt at følge Kirkens standarder omkring dating?

Sidste dages hellige profeter har givet os standarder vedrørende dating for at beskytte os mod åndelig fare og hjælpe os til at forberede os til en dag at finde en værdig evig partner. Disse standarder omfatter, at man først dater, når man er 16 år gammel, undgår mange dates med den samme person og kun dater personer, der har høje moralske standarder.

Hvilke eksempler har du set, der har lært dig om betydningen af at følge Herrens standarder vedrørende dating?

Hvilke oplevelser og tanker former de unge mænds opfattelse af dating? Hvilket pres ligger der på dem? Hvad har de brug for at vide for at forblive tro mod Herrens standarder?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du finder bedst anvendelse på de unge mænd i deres begyndende omgang med unge piger?*

5 Mos 7:3-4 (Gift jer ikke udenfor pagten)

L&P 46:33 (Øv dyd og hellighed over for Herren)

»Dating«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 4-5

Gordon B. Hinckley, »Lev værdigt til at få den pige, I en dag vil ægte«, *Stjernen*, juli 1998, s. 52-54

Video: »Et nyt år 2010: Dating«

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmede.*



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om hver især at sige et ord, der beskriver sidste uges lektion. Spørg de unge mænd, om de vil fortælle om oplevelser, som de har haft i løbet af den sidste uge, der relaterer sig til lektionen.
- Bed de unge mænd om at skrive, hvad de ved om Herrens standarder angående dating, på tavlen. Suppler deres liste, efterhånden som de lærer mere om disse standarder i løbet af lektionen.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe koorumsmedlemmerne til at lære om Kirkens standarder for dating. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit koorum:

- Bed hver af de unge mænd om at skrive en personlig liste over egenskaber, som han ønsker, at hans fremtidige hustru har. Lad de unge mænd dele deres liste med klassen, hvis det er passende. Bed en af de unge mænd om at læse følgende udtalelse af ældste Robert D. Hales: »Hvis I gerne vil giftes med en god, attraktiv, ærlig, glad, hårdtarbejdende, åndelig person, så vær den person« (»Mød udfordringerne i verden i dag«, *Liahona*, nov. 2015, s. 46). Når de unge mænd gennemgår de lister, de har skrevet, kan du eventuelt spørge dem, hvad deres følelser ville være, hvis deres kommende hustru havde en tilsvarende liste om dem. Hvad gør de nu for at blive den person, som deres kommende hustru ønsker at blive gift med? Bed de unge mænd om at drøfte, hvordan de personligt kan udvikle disse egenskaber nu, og hvordan disse egenskaber vil påvirke, hvilke slags personer de dater.
- Bed de unge mænd om at lytte efter og drøfte de råd, de bedst kan lide, når de læser eller lytter til præsident Gordon B. Hinckleys tale »Lev værdigt til at få den pige, I en dag vil ægte«. Hvad siger præsident Hinckley om de valg, som de unge mænd må træffe, når de dater? Bed dem om at nedskrive nogle egenskaber, som de gerne vil have, at deres kommende hustru har, og derpå vælge mindst én egenskab fra listen, som de kan forbedre hos dem selv for at blive den partner, som de håber på. Hvordan kan de oplevelser, de har nu, mens de dater, påvirke, hvilken type person de vil gifte sig med?
- Vis klip fra »Et nyt år 2010: Dating«, og stop videoen, så de unge mænd har tid til at finde de datingstandarder, som personerne i videoen nævner. Bed de unge mænd om at læse »Dating« i *Til styrke for de unge* og finde yderligere standarder,

### Undervisningstip

»Spørg dem, som du underviser, om hvad de vil sige, hvis nogen ønsker at vide, hvad de har lært af lektionen« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 94).

der ikke blev nævnt i videoen. Bed dem om at besvare spørgsmål som følgende: »Hvad er Kirkens standarder omkring dating?« »Hvorfor er det vigtigt for jer at følge disse standarder?« og »Hvad er formålet med dating?« Bed de unge mænd om at drøfte, hvordan de kan reagere, når de føler sig presset til at gøre noget, der er i modstrid med Herrens standarder vedrørende dating. Overvej at fortælle om situationer, hvor du blev velsignet ved at følge Kirkens standarder vedrørende dating, og lad andre fortælle om lignende oplevelser. Lad de unge

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de Kirkens standarder vedrørende dating? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Opfordre kvorumsmedlemmerne til at sætte sig mål om at følge Herrens standarder vedrørende dating.
- Bære sit vidnesbyrd om de velsigelser, der kommer af at følge Herrens standarder for dating.

mænd fortælle, hvad de kan gøre for at holde disse standarder.

- Lad kvorumsmedlemmerne læse afsnittet »Dating« i *Til styrke for de unge* og nedskrive alle de spørgsmål, de har om dating. Bed nogle af de ældre unge mænd og unge piger om at udgøre et panel, der kan besvare deres spørgsmål og drøfte datingstandarder. Tilskynd deltagerne i panelet til at komme med eksempler på, hvordan de har fulgt standarderne, når de har datet, såsom at klæde sig sømmeligt, vælge passende aktiviteter og date personer med høje standarder.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren kendte dem, han underviste, og han vidste, hvem de kunne blive. Han udtænkte særlige fremgangsmåder – kun til dem – hvorpå de kunne lære og udvikle sig. Når de kæmpede, gav han ikke op, men blev ved med at elske dem og tjene dem. Bed om at lære de unge mænd, du underviser, at kende og om at elske dem, så du kan vide, hvad deres behov er, når du underviser dem i at forberede sig til og finde en evig partner.



# Hvordan kan jeg forberede mig nu til at blive en retskaffen ægtemand og far?

»I henhold til den guddommelige plan skal fædre lede deres familier i kærlighed og retskaffenhed og har ansvaret for at sørge for livets fornødenheder samt beskytte deres familier« (»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129). Vi kan forberede os til dette ansvar ved trofast at udføre vore præstedømmepligter, lære at modtage personlige åbenbaring, elske og tjene vores familie nu, få en uddannelse og lære at arbejde.

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du vil være mest relevant for de unge mænd, du underviser?*

Abr 1:1-4, 18-19 (Abraham ser de velsignelser, som han og hans efterkommere kan opnå ved at have præstedømmet i sit liv)

1 Ne 2:1-3 (Lehi modtager åbenbaring fra Herren til at beskytte sin familie)

1 Ne 16:14-32 (Nefi hjælper og viser respekt for sin familie, da de sulter i ørkenen)

L&P 42:22 (En ægtemand bør være trofast mod sin hustru)

L&P 58:26-28; 107:99-100 (Skrifterne omtaler vigtigheden af arbejde)

D. Todd Christofferson, »Fædre«, *Liahona*, maj 2016, s. 93-97

L. Whitney Clayton, »Ægteskab: Se og lær«, *Liahona*, maj 2013, s. 83-85

Larry M. Gibson, »Faderrollen – Vores evige skæbne«, *Liahona*, maj 2015, s. 77-80

»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129

Video: »Fædre kan bruge præstedømmet til at velsigne deres familie«; »Himmelske Fader, jordiske fader«

Hvordan har din tjeneste i præstedømmet som ung mand forberedt dig til at være en retskaffen ægtemand og far? Hvad har du ellers gjort for at forberede dig? Hvad ønsker du ellers, at du havde gjort?

Hvilke oplevelser kan de unge mænd gennemgå nu, som vil hjælpe dem til at forberede sig til at blive retskafne ægtemænd og fædre. Hvordan vil deres forberedelse være til velsignelse for deres fremtidige familie?

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kворumsmøde.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed kворumsmedlemmerne om parvis at snakke om det, de husker fra sidste uges lektion.
- Bed kворumsmedlemmerne om at læse Abraham 1:1-2 og skrive deres egen udgave af disse vers, hvor de beskriver den type ægtemand og far, som de gerne vil være. Bed dem om at fortælle, hvad de skrev, hvis de har lyst. Tilskynd dem til at føje til deres beskrivelse i løbet af lektionen.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder kan hjælpe kворumsmedlemmerne til at forstå, hvordan de kan blive retskafne ægtemænd og fædre. Følg Åndens vejledning, og vælg det eller de, der vil virke bedst i dit kворum:

- Bed de unge mænd om at gennemse ældste D. Todd Christoffersons tale »Fædre« og se efter retskafne fædres egenskaber. Bed hver unge mand om at tænke på et tidspunkt, hvor hans far eller en faderfigur i hans liv var et eksempel på en af de egenskaber, som ældste Christofferson fortæller om. Du kan eventuelt hjælpe de unge mænd med at fortælle om disse oplevelser ved at bede dem om at tegne et billede af oplevelsen, de tænkte på, og vise klassen billedet. Du kan også skrive flere sætninger fra ældste Christoffersons tale på tavlen og efterlade tomme felter i stedet for flere ord. Bed de unge mænd om at gætte, hvilke ord der mangler i de tomme felter. Hvordan kan de unge mænd følge det råd, som ældste Christofferson giver dem? (Se forslag i »Arbejde og selvhjulpethed« og »Uddannelse« i *Til styrke for de unge*).
- Få de unge mænd til at læse talen »Faderrollen – Vores evige skæbne« fra afsnittet, der begynder med: »Unge mænd« (*Liahona*, maj 2015, s. 79). Bed de unge mænd om at vælge en af de pligter i præstedømmet, som bror Gibson nævner, og få dem til at lave et lille rollespil over, hvordan de kan udfylde denne pligt i deres hjem. Hvordan vil det at opfylde deres pligter i Det Aronske Præstedømme forberede dem til at blive far? Tilskynd dem til at sætte et eller to specifikke mål om at opfylde deres pligter i præstedømmet derhjemme.

## Undervisningstip

»Stil spørgsmål, som kræver, at eleverne finder svar i skrifterne og de sidste dages profeters lærdomme« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 62).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren elskede, bad for og tjente til stadighed sine disciple. Han vidste, hvad deres interesser, håb og ønsker var, og hvad der skete i deres liv. Hvad ved du om de unge mænd, som du tjener? Hvad kan du gøre for at hjælpe dem til en gang at blive retskafne ægtemænd og fædre?

- Bed dem om at læse det syvende afsnit af »Familien: En proklamation til verden« (eller se videoen »Fædre kan bruge præstedømmet til at velsigne deres familie« og se efter, hvilke ansvar de vil få, når de bliver ægtemænd og fædre. Del kvorummet op i små grupper, og bed hver gruppe om at tænke over, hvordan de kan forberede sig nu til et af disse ansvar. Bed et medlem fra hver gruppe om at fortælle kvorummet, hvad hans gruppe drøftede.

- Læs 1 Nefi 2:1-3 sammen i kvorummet, hvor Lehi modtager en åbenbaring om at flygte fra ugudeligheden i Jerusalem. Hvad kan de unge mænd lære af Lehis eksempel om at være en retskaffen far? Hvad kan de nu gøre for at udvikle de kvaliteter, som

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan forberede sig til deres fremtidige roller som ægtemænd og fædre? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bede kvorumsmedlemmerne om at gøre noget, der vil styrke deres familie.

Lehi havde? Bed dem om at læse 1 Nefi 16:14-32 og se efter, hvordan Nefi behandlede sin familie. Hvordan kunne dette have hjulpet Nefi til at forberede sig til sin rolle som ægtemand og far? Spørg de unge mænd, hvad de nu gør i deres familie for at forberede sig til at blive ægtemænd og fædre.

- Bed kvorumsmedlemmerne om at læse om et af de fem principper ved et stærkt ægteskab, som ældste L. Whitney Clayton omtaler i sin tale »Ægteskab: Se og lær.« Hvilke eksempler på disse principper har de unge mænd set? Hvad har de ellers set hos stærke ægtepar, som de gerne vil efterligne? Hvad føler de, at de kan gøre nu for at efterleve disse principper?

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra Larry M. Gibson, »Faderrollen – Vores evige skæbne«, Liahona, maj 2015, s. 79

Unge mænd, som jeg elsker højt, I ved, at I forbereder jer til at modtage Det Melkisedekske Præstedømme, modtage hellige tempelordinancer, opfylde jeres *pligt* og *forpligtelse* til at tage på en fuldtidsmission, og derpå uden at vente for længe blive gift i templet med en Guds datter og begynde en familie. I skal så lede jeres familie i åndelige ting, som I bliver vejledt til af Helligånden (se L&P 20:44; 46:2; 107:12).

Jeg har spurgt mange unge mænd i hele verden:  
»Hvorfor er du her?«

Indtil videre er der ikke nogen, der har svaret: »For at lære at være en far, så jeg kan være forberedt og parat til at modtage alt det, som vor himmelske Fader har.«

Lad os kigge på *jeres* pligter i Det Aronske Præstedømme, som beskrives i afsnit 20 i Lære og Pagter. Vær opmærksomme på, hvad *I* føler, når jeg sætter disse pligter i forbindelse med jeres tjeneste i jeres familie.

»Opfordre alle [i jeres familie] til at komme til Kristus« (v. 59).

»Altid at våge over dem og at være hos dem og styrke dem« (v. 53).

»Prædike, undervise, forklare, formane og døbe« medlemmer af jeres familie (v. 46).

»Formane dem til at bede lydeligt og i løndom og at varetage alle familiemæssige pligter« (v. 47).

»Se til, at der ikke er nogen ugudelighed i jeres familie, ej heller indbyrdes nag, ej heller løgn, bagtalelse eller ond tale« (v. 54).

»Påse, at jeres familie ofte mødes« (v. 55).

Hjælp jeres far med hans pligter som patriark. Støt jeres mor med præstedømmets styrke, når der ikke er nogen far til stede (se v. 52, 56).

Når I bliver spurgt, så ordiner »andre til præst, lærer og diakon« i jeres familie (v. 48).



## Hvordan supplerer mænds og kvinders roller hinanden i familien?

Efter guddommeligt forbillede gav vor himmelske Fader mænd og kvinder forskellige ansvarsområder for at hjælpe dem til at udfylde deres supplerende roller som mand og hustru. »Fædre [skal] lede deres familier i kærlighed og retskaffenhed og har ansvaret for at sørge for livets fornødheder samt beskytte deres familier. Mødre har primært ansvaret for at opdrage deres børn. I disse hellige ansvar er fædre og mødre forpligtet til at hjælpe hinanden som jævnbyrdige partnere« (»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129).

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og andre hjælpemidler. Hvad føler du dig inspireret til at fortælle de unge mænd?*

L&P 121:41-43 (De principper, hvorpå præstedømmet kan udøves i retfærdighed)

Moses 3:21-24; 5:1-4 (Adam og Eva samarbejdede som ligeværdige partnere)

Linda K. Burton, »Vi stiger op sammen«, *Liahona*, maj 2015, s. 29-32

L. Tom Perry, »Find varig fred og opbyg evige familier«, *Liahona*, nov. 2014, s. 43-45

D. Todd Christofferson, »Kvindes moralske styrke«, *Liahona*, nov. 2013, s. 29-32

»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129

Videoter: »Lad os være mænd«, »Kvinderne i vores liv«

Hvilke eksempler har du set på mødre og fædre, der supplerer hinanden i deres roller? Hvordan har en viden om disse evige roller påvirket din familie?

Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at forstå deres guddommelige rolle som kommende fædre? Hvad kan de gøre nu for at forberede sig til denne rolle?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Vis en genstand eller et billede til et kvorumsmedlem, og bed ham om at forklare, hvilken sammenhæng der er mellem den og sidste uges lektion.
- Medbring to genstande, der bruges sammen for at opnå et mål (såsom blyant og papir eller hammer og søm). Bed de unge mænd om at forklare forskellen mellem genstandene, samt hvordan de bruges sammen. Forklar, at mænd og kvinder har fået forskellige ansvar, der supplerer (eller fuldender) hinanden for at fremme Guds formål. Lad de unge mænd tale om nogle af de måder, hvorpå mænd og kvinder supplerer hinanden.

---

## Lær sammen

Alle aktiviteterne herunder kan hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå mandens og kvindens supplerende roller i familien. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Skriv følgende overskrifter på tavlen: *Faderens ansvar* og *Moderens ansvar*. Bed de unge mænd om at skrive en liste over de ansvar, som Herren forventer, at fædre og mødre opfylder. Du kan hjælpe dem med listen ved at bede dem om at gennemgå det syvende afsnit i »Familien: En proklamation til verden« (se *Pligt mod Gud*, s. 107) og de relevante afsnit i ældste L. Tom Perrys tale »Find varig fred og opbyg evige familier« og ældste D. Todd Christoffersons tale »Kvindens moralske styrke«. Hvad kan de lære fra disse kilder om fædres og mødres guddommelige roller? Hvordan supplerer disse roller hinanden? Hvordan adskiller denne lære sig fra det, verden siger? Bed de unge mænd om at fortælle om tidspunkter, hvor de har set deres forældre udfylde deres supplerende roller.
- Bed de unge mænd om at læse Moses 5:1-12 og på tavlen skrive alt det, som Adam og Eva gjorde sammen som par (find et billede i hæftet *Evangelisk Kunst*, nr. 5, der illustrerer det). Lad dem tilføje yderligere punkter til listen om, hvordan ægtemænd og hustruer bør arbejde sammen som ligeværdige partnere.
- Vis videoerne »Kvinderne i vores liv« eller »Lad os være mænd«. Hvad lærer de unge mænd om, hvordan mænd velsigner deres hustruer? Bed dem om at tænke over, hvilken type ægtemand de vil være engang. Hvad kan de gøre nu for at blive den type person?
- Invitér med biskoppens tilladelse et gift par ind i klassen. Læs sammen afsnittet »Opløft og hjælp hinanden i vore supplerende roller« fra Linda K. Burtons tale »Vi stiger op sammen«.

## Undervisningstip

»Helligånden kan tilskynde en eller flere af dem, som du underviser, til at bidrage med kommentarer, som andre har behov for at høre. Vær åben over for tilskyndelser, som du får til at bede bestemte personer om at sige noget. Du kan endda føle dig tilskyndet til at bede en person, som ikke har gjort tegn til at ville sige noget, om at give udtryk for sine synspunkter« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 63).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren elskede, bad for og tjente til stadighed sine disciple. Han vidste, hvad deres interesser, håb og ønsker var, og hvad der skete i deres liv. Hvad ved du om de unge mænd, som du tjener? Hvad kan du gøre i dag for at hjælpe dem til at være klar til at lede, forsørge og beskytte deres fremtidige familie?

Hvad lærer de unge mænd om, hvordan mænd og kvinder støtter hinanden i familien? Bed parret om at tale om, hvordan de har hjulpet hinanden til at udfylde deres roller. Overvej at fortælle, hvordan ægteskab har hjulpet dig eller dine familiemedlemmer til at forbedre sig.

- Bed de unge mænd om at nedskrive egenskaber, der hjælper kvinder til at blive gode mødre eller omsorgsgivere. Hvordan forsøger

Satan at svække kvinders indflydelse? Hvad kan de unge mænd gøre for at støtte og styrke retskafne kvinders indflydelse i verden? Hvordan kan retskafne kvinders indflydelse vejlede de unge mænd, mens de forbereder sig på at blive ægtemænd og fædre. De unge mænd kan som et led i denne drøftelse læse udvalgte dele af ældste D. Todd Christoffersons tale »Kvindens moralske styrke«. Se fx de første to afsnit og de tre tendenser, der svækker kvinders moralske styrke.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de mandens og kvindens supplerende rolle i familien? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bede kvorumsmedlemmerne om at takke deres mor og far for konkrete måder, hvorpå de er blevet velsignet, fordi deres forældre udfyldte deres guddommelige roller.
- Bede de unge mænd om at finde ud af, hvordan de kan udfylde deres fremtidige rolle som deres families leder, forsørger og beskytter.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra D. Todd Christoffersen, »Kvindens moralske styrke«, Liahona, nov. 2013*

I umindelige tider har samfundet sat deres lid til kvinders moralske styrke. Selvom kvinders moralske grundvold ikke er den eneste positive indflydelse i samfundet, så har den vist sig at være til enestående gavn for det fælles bedste. Måske fordi kvinders bidrag har været så vidt udbredt, bliver det tit undervurderet. Jeg vil gerne takke for den indflydelse, som gode kvinder har, identificere

nogle af de filosofier og tendenser, som truer kvinders styrke og anseelse samt opfordre kvinderne til at styrke deres medfødte moralske styrke.

Kvinder bringer en vis dyd med sig ind i verden, en guddommelig gave, som gør dem gode til at indgyde kvaliteter som tro, mod, empati og til at forbedre forhold og kulturer. Da Paulus priste denne »oprigtige tro«, som han fandt i Timotheus, bemærkede han, at denne tro havde »din mormor Lois og din mor Eunike [allerede]« (2 Tim 1:5).



# September: Befalinger

»[Tænk] på den velsignede og lykkelige tilstand for dem, der holder Guds befalinger«  
(2 Mosi 2:41).

Oplæggene denne måned vil hjælpe de unge mænd til hver især at lære om de velsigelser, der kommer af at adlyde vor himmelske Faders befalinger. Når de unge mænd holder befalingerne og til stadighed omvender sig, vil de vise deres kærlighed til Herren og holde sig uplettede af verdslig påvirkning.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvordan kan jeg være i verden, men ikke af verden? (Pligt mod Gud)*

*Hvordan bliver jeg og andre omkring mig påvirket af det, jeg siger?*

*Hvordan kan jeg modstå pornografi?*

*Hvorfor faster vi?*

*Hvorfor bliver vi befalet at holde sabbatsdagen hellig?*

*Hvorfor betaler vi tiende?*

*Hvorfor er det vigtigt at være ærlig?*

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvalg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

»Lev værdigt«, s. 16-17, 40-41, 64-65

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68





## PLIGT MOD GUD

# Hvordan kan jeg være i verden, men ikke af verden?

»Hvor Kirkens og samfundets standarder engang var noget nær forenelige, så er der nu et dybt svælg mellem os, og det vokser sig større« (Thomas S. Monson, »Præstedømmets kraft«, *Liahona*, maj 2011, s. 66). Herren ønsker, at vi forbliver tro mod hans standarder og ikke tager del i det onde i verden. Samtidig forventer han, at vi har en god indflydelse på dem omkring os.

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpemidler. Hvad føler du vil være bedst for de unge mænd, du underviser?*

»Lev værdigt«, *Udførelse af min Pligt mod Gud*, 2010, diakoner, s. 16-17; lærere, s. 40-41; præster, s. 64-65

1 Mos 39:1-20 (Josef fra Egypten modstår Potifars hustrus tilnærmelser)

2 Kong 6:14-17 (Elisas tjener indser, at han ikke er alene)

Matt 26:41; L&P 10:5 (Våg og bed, at du ikke falder i fristelse)

Joh 15:19; 1 Ne 8:24-28 (De, der følger Kristus, bliver ofte hånet og hadet af verden)

1 Kor 10:13 (Vi bliver ikke fristet over evne)

L&P 3:6-8 (Hvis vi stoler mere på Gud end på mennesker, vil han beskytte os mod modstanderen)

L&P 62:1 (Herren kender vores svaghed og ved, hvordan han skal bistå os, når vi fristes)

L&P 87:8 (Stå på hellige steder)

Dieter F. Uchtdorf, »Frygt ikke, tro kun«, *Liahona*, nov. 2015, s. 76-79; se også videoen »Gud gav dem kundskab«

M. Russell Ballard, »Gud står ved roret«, *Liahona*, nov. 2015, s. 24-27

Ulisses Soares, »Jo, vi kan og vil vinde!«, *Liahona*, maj 2015, s. 70-77

Thomas S. Monson, »Vov at stå alene«, *Liahona*, nov. 2011, s. 60-67

Video: »Udfold dig, hvor du er«; »Vov at stå alene«

Hvilke standarder er der ude i verden, der ikke er forenelige med Kirkens standarder? Hvilke velsigelser har du modtaget, fordi du har efterlevet Herrens standarder? Hvordan vil det påvirke andre omkring dig, at du holder fast i de standarder?

Hvordan prøver verden at påvirke den måde, de unge mænd anskuer Herrens standarder på? Hvordan kan de unge mænd blive ved at holde fast i Herrens standarder, når samfundets standarder stadigt forringes? Hvordan kan de unge mænd være en god indflydelse på dem, der er omkring dem?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Bed de unge mænd om hver især på et stykke papir at skrive én sætning, der opsummerer det, de lærte i sidste uges lektion. Bed adskillige af de unge mænd om at læse deres sammenfatning højt.
- Vis kvorumsmedlemmerne en appelsin (eller en anden citrusfrugt). Bed dem om at nævne nogle af standarderne i *Til styrke for de unge*. Skriv dem på appelsinen, efterhånden som de nævner dem. Læg appelsinen i en beholder med vand (den flyder). Tag appelsinen op af vandet, og skræl den. Læg den tilbage i vandet, og den synker til bunds. Bed de unge mænd om at fortælle, hvad dette lærer dem om at efterleve Herrens standarder. Fortæl om en konkret oplevelse, hvor efterlevelse af en standard var til velsignelse for dig.

---

## Lær sammen

*Formålet med denne lektion er at hjælpe de unge mænd til hver især at forstå, hvordan de kan være i verden, men ikke af verden, og hvordan dette hjælper dem til at være værdige til at bruge præstedømmet. Som en del af denne lektion bør kvorumsmedlemmerne lægge planer i deres hæfte Pligt mod Gud om at studere og efterleve standarderne i Til styrke for de unge. Bed på forhånd de unge mænd om at tage deres hæfte Pligt mod Gud og Til styrke for de unge med i kirke. Bed dem ved et kommende kvorums møde om at fortælle om de oplevelser, de har haft med udførelsen af deres planer.*

- Bed de unge mænd om i løbet af ugen at læse Daniel 1-2 eller se videoen »Gud gav dem kundskab« og komme forberedt til at fortælle, hvordan Gud velsignede Daniel for at forblive trofast i ugudelige omgivelser. Afse i løbet af klassen tid til, at de kan fortælle, hvad de har lært. Gennemgå som kvorum afsnittet med titlen »Er vi ligesom Daniel?« i præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »Frygt ikke, tro kun«. Opdel kvorummet i grupper

### Pligt mod Gud-planer

Afsæt i slutningen af kvorums mødet tid til, at de unge mænd kan lægge planer i deres hæfte *Pligt mod Gud*. Disse planer er personlige, men kvorumsmedlemmerne kan hjælpe hinanden med at komme med forslag til disse planer.

og bed hver gruppe om at rollespille en situation, som de kan opleve, hvor de kan forblive trofaste ligesom Daniel.

- Bed de unge mænd om at læse de skriftsteder, der er nævnt i dette oplæg (på egen hånd eller i kvorummet), og drøfte, hvad de lærer om at overvinde fristelser. Hvordan kan de efterleve Herrens standarder, når verden frister dem til at gøre det modsatte eller gør grin med dem, fordi de har høje standarder? Hvad har de følt, når de har efterlevet Herrens standarder og modstået fristelser? Hvilke oplevelser kan de fortælle om?
- Talen »Jo, vi kan og vil vinde!« af ældste Ulisses Soares viser flere positive og negative eksempler på personer, der reagerer på negative påvirkninger i verden. Bed hver enkelt unge mand om at gennemgå talerne, finde et eksempel, der gør indtryk på ham, og sammenfatte beretningen for kvorummet. Bed hver enkelt unge mand om at fortælle, hvad hans beretning lærer os om, hvordan vi skal leve i verden, mens vi overvinder fristelsen til at være af verden.
- Bed de unge mænd om at kigge på indholdsfortegnelsen i *Til styrke for de*

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvorfor de som præstedømmebærere skal være i verden, men ikke af verden? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om vigtigheden af at efterleve Herren standarder.
- Forpligte de unge mænd til at udføre de planer, de har lagt i afsnittet »Lev værdigt« i deres hæfte *Pligt mod Gud*.

*unge* og vælge en eller flere standarder, som de gerne vil drøfte. Bed de unge mænd om hver især at bruge et par minutter på at studere den standard, som de har valgt, og forberede sig til at fortælle, hvad de lærte. Bed de unge mænd om hver især at slå op i deres hæfte *Pligt mod Gud* og i afsnittet »Udfør« skrive om deres plan om at efterleve denne standard (s. 17, 41 eller 65). Tilskynd de unge mænd til at fortælle hinanden om deres planer, hvis det er passende. Bed de unge mænd om de næste par uger at være parate til at fortælle, hvordan udførelsen af deres planer har hjulpet dem til at »være i verden, men ikke af verden« (se Joh 15:19).

- Læs sammen i kvorummet Lære og Pagter 87:8, og spørg de unge mænd, hvad de tror, det betyder at stå på hellige steder. Bed dem om at overveje dette spørgsmål, mens de læser dele af ældste M. Russell Ballards tale »Gud står ved roret« eller ser en af videoerne, der er foreslået i dette oplæg. Hvad lærer de ellers om at stå på hellige steder? Spørg de unge mænd, hvordan de tror, at de kan gøre deres familie, deres skole eller deres lokalsamfund til et mere helligt sted.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren forberedte sig på at undervise ved at tilbringe tid alene i bøn og under faste. Når han var alene, søgte han sin himmelske Faders vejledning. Bed, mens du forbereder dig til at undervise de unge mænd, og søg vor himmelske Faders vejledning for at vide, hvordan du kan hjælpe de unge mænd til at forstå de velsignelser, der kommer af at efterleve Herrens standarder.



# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Ulisses Soares, »Jo, vi kan og vil vinde!«  
Liahona, maj 2015, s. 70-75*

Skrifterne indeholder utallige eksempler på personer, der har vundet deres krig, selv midt i meget fjendtlige situationer. Et af disse eksempler er hærføreren Moroni i Mormons Bog. Denne usædvanlige unge mand havde modet til at forsvare sandheden på et tidspunkt, hvor der var mange stridigheder og krige, som truede hele den nefitiske nations overlevelse. Selvom Moroni levede op til sit ansvar på strålende vis, forblev han ydmyg. Dette og andre egenskaber gjorde ham til et enestående redskab i Guds hånd på det tidspunkt. I Almas Bog står der, at hvis alle mennesker havde været ligesom Moroni, »så ville selve helvedes magter være blevet rystet for evigt, og Djævelen ville aldrig få magt over menneskenes børns hjerte« (Alma 48:17). Alle Moronis egenskaber stammede fra hans store tro på Gud og på Herren Jesus Kristus og på hans faste beslutning om at følge Herren og hans profeters røst.

I overført betydning har vi alle i vore dage behov for at forvandle os til en nutidig Moroni for at vinde krigene mod det onde. Jeg kender en meget trofast, ung diakon, der forvandlede sig til en nutidig

Moroni. Hans tro og beslutsomhed er blevet prøvet hver dag, selv i hans unge alder, når han har forsøgt at følge sine forældres og kirkelederes råd. Han fortalte mig, at han en dag blev overrasket over en meget svær og ubehagelig situation – hans venner så pornografiske billeder på deres mobiltelefoner. I netop det øjeblik blev denne unge mand nødt til at beslutte sig for, hvad der var vigtigst – hans popularitet eller hans retskaffenhed. I de få sekunder, der fulgte, blev han fyldt af mod og fortalte sine venner, at det, de lavede, ikke var rigtigt. Endvidere fortalte han dem, at de skulle holde op med det, de lavede, ellers ville de blive slaver af det. De fleste af hans klassekammerater gjorde grin med hans råd og sagde, at det var en del af livet, og at der ikke var noget galt med det. Men der var en af dem, som lyttede til den unge mands råd, og som besluttede at holde op med det, han gjorde.

Diakonens eksempel havde en positiv indflydelse på mindst en af hans klassekammerater. Han og hans ven blev utvivlsomt drillet og forfulgt på grund af den beslutning. På den anden side så havde de fulgt Almas formaning til sit folk, da han sagde: »Drag bort fra de ugudelige, og skil jer ud, og rør ikke deres urene ting« (Alma 5:57).



# Hvordan bliver jeg og andre omkring mig påvirket af det, jeg siger?

Måden, vi kommunikerer på, afspejler vores forståelse af, hvem vi er som Guds børn. Vore ord kan enten opløfte og opmuntre andre, eller de kan sårer og fornærme dem. Når vi bruger opløftende ord, så inviterer vi Helligånden til at være med os.

---

## Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og taler får de unge mænd til at fornemme betydningen af de ord, de bruger til at kommunikere med andre?*

Ordsp 15:1-4; 16:24; 1 Tim 4:12; Jak 3:2-10; Alma 31:5; L&P 108:7 (Vores ord kan have en stor indflydelse på andre)

Matt 12:36; 15:11; Ef 4:29-32; Mosi 4:30 (Vi bør være forsigtige med, hvilke ord vi bruger)

Jeffrey R. Holland, »Engles tunge«, *Liahona*, maj 2007, s. 16-18

W. Craig Zwick, »Hvad tænker du på?«, *Liahona*, maj 2014

»Sprog«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 20-21

»Gudsbespottelse«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 61-62

Videoer: »Bandefri klub«; »Mobning – Stop det«

Hvordan afspejler dit sprogbrug din forståelse af, hvem du er? Hvordan har du benyttet dig af ord til at inspirere, undervise, trøste og kommunikere? Hvordan har verdens standarder for passende sprogbrug ændret sig i løbet af din levetid?

Bruger de unge mænd et sprog, der opløfter og opmuntrer, eller sårer og fornærmer det andre? Hvordan kan de unge mænd opmuntre mennesker omkring sig til at benytte et sprog, der indbyder Ånden?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedommepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorumsmedlem.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed flere af de unge mænd om at fortælle, hvad der gjorde det største indtryk på dem ved sidste uges lektion.
- Skriv følgende sætninger på tavlen: *Ord, vi læser. Ord, vi hører. Ord, vi skriver. Ord, vi taler.* Bed de unge mænd om at læse Efeserne 4:29-32 og forklare, hvilken forbindelse der er mellem dette skriftsted og de fire sætninger på tavlen. Bed de unge mænd om at overveje disse spørgsmål: Hvordan har I det med det sprog, som I læser, hører og bruger? Hvordan kan ord invitere til eller modvirke Helligåndens ledsagelse?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe de unge mænd til at forstå vigtigheden af at have et pænt sprog. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kворum:

- Skriv på tavlen: »Hvis et menneske kan styre sin tunge, kan han styre \_\_\_\_\_.« Bed de unge mænd om at læse Jak 3:2-10 og udfylde det tomme felt. Bed de unge mænd om hver især at læse en af analogierne, som Jakob bruger (bidsel på hesten, vers 2-3; skib, vers 4; skovbrand, vers 5-6; gift, vers 7-8; fersk kilde, vers 10-11). Lad de unge mænd forberede sig til at undervise resten af kворummet i, hvad deres analogi belærer om at styre deres sprog. Bed dem om at fortælle, hvad de kan gøre for at styre deres sprog.
- Bed på forhånd de unge mænd om at medbringe det yndlingscitater, der inspirerer dem mest. Bed de unge mænd om hver især at læse deres citat højt og forklare, hvilken påvirkning det har haft på dem. Bed kворummet om at finde eksempler fra skrifterne, der illustrerer den stærke indflydelse, vores ord kan have på andre (fx hærføreren Moroni og frihedserklæringen (se Alma 46:11-22), Frelseren og kvinden, der blev grebet i ægteskabsbrud, (se Joh 8:1-11) og Abinadi og Alma (se Alma 5:9-12)). Hvad lærer disse eksempler de unge mænd om, hvilken effekt deres ord kan have på andre?
- Giv de unge mænd hvert sit skriftsted fra det første sæt skriftsteder i dette oplæg. Bed dem om at tegne et enkelt billede eller figur, der skildrer skriftstedets budskab. Bed dem om at vise billedet, og lad de andre kворumsmedlemmer gætte, hvad det fortæller om at kommunikere med andre. Bed de unge mænd om at fortælle om oplevelser, der har forbindelse til skriftstedernes budskab.

### Undervisningstip

»Når du ved hjælp af bøn forbereder dig til at undervise ... [kan du] blive vejledt til at fremhæve bestemte principper. Du kan nå til en forståelse af, hvordan du bedst kan forelægge visse tanker. Du kan få øjnene op for eksempler, illustrationer, og inspirerende historier i livets enkle gøremål. Du kan føle dig tilskyndet til at bede en bestemt person om at hjælpe med lektionen. Du kan blive mindet om en personlig oplevelse, som du kan fortælle om« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 47-48).

- Giv hver af de unge mænd et afsnit fra ældste Jeffrey R. Hollands tale »Engles tunge«, og bed dem om at markere afsnittets hovedbudskab (fortæl ikke de unge mænd, hvad talens titel er). Bed de unge mænd om på tavlen at skrive, hvad de markerede, og derefter forklare hvorfor. Bed kvorumsmedlemmerne om at komme med forslag til, hvad talens titel kan være baseret på de hovedbudskaber, de har fundet. Lad et par unge mænd fortælle om et tidspunkt, hvor de sagde noget, der opløftede en anden person, eller hvor en anden opløftede dem.

- Vis en af videoerne i dette oplæg og bed de unge mænd fortælle, hvad de lærte af videoen. Opfordr dem til at grunde over, hvad de kan gøre for at inspirere andre til at kommunikere på en måde, der indbyder Herrens Ånd.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de betydningen af at have et pænt, opløftende sprog? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om, hvordan et passende sprog kan opløfte og opmuntre andre og invitere Helligånden.

Hvordan kan de fx hjælpe en ven, der har for vane at tale grimt? Eller hvordan kan de gøre brug af elektronisk kommunikation til at opløfte andre? Bed dem om at finde svar på det, mens de læser »Sprog« i *Til styrke for de unge*. Bed dem om at fortælle om deres tanker.

- Invitér de unge mænd til at læse 1 Ne 5:1-7 og fortælle, hvad de lærte fra Sarijas og Lehis eksempler om, hvordan vore ord påvirker os og andre. Bed dem læse ældste Craig Zwicks bemærkninger om denne beretning i sin tale »Hvad tænker du på?«. Hvilke yderligere indsigter får de unge mænd fra denne tale? Opfordr dem til at fortælle om, hvordan de kan følge Lehis eksempel, når de er sammen med deres familie eller andre.

## Undervisning på Frelserens måde

I alle situationer var Frelseren vores eksempel og mentor. Han lærte sine disciple at bede ved at bede sammen med dem. Han lærte dem at elske og tjene gennem den måde, han elskede og tjente dem på. Han lærte dem at undervise i sit evangelium gennem den måde, hvorpå han underviste i det. Tænk i din forberedelse på, hvordan Herren kommunikerede, og hvordan vi kan kommunikere på en måde, der opløfter og opmuntrer andre og indbyder Helligånden til at være hos os.

# Udvalgte materialer

---

»Sprog«, Til styrke for de unge, 2011, s. 20-21

Hvordan du kommunikerer, bør afspejle, hvem du er som Guds søn eller datter. Et rent og intelligent sprog er tegn på et oplyst og sundt sind. Et godt sprog, der opløfter, opmuntrer og taler pænt til andre, indbyder Ånden til at være hos dig. Vore ord bør, ligesom vore gerninger, være fulde af tro, håb og næstekærlighed.

Vælg venner, der taler pænt. Hjælp andre med at forbedre deres sprog ved dit eksempel. Vær villig til høfligt at gå væk eller at skifte emne, når andre omkring dig bruger et upassende sprog.

Tal venligt og positivt om andre. Vælg ikke at fornærme eller ydmyge andre, selv ikke for sjov. Undgå sladder af enhver art, og undgå at tale i vrede. Når du bliver fristet til at sige hårde eller sårende ord, så lad dem være usagt.

Anvend altid navnene Gud og Jesus Kristus med ærbødighed og respekt. Misbrug af Guddommens navne er en synd. Henvend dig til vor himmelske Fader i et ærbødigt og respektfuldt sprog, når du beder. Frelseren brugte et respektfuldt sprog i fader-vor (se Matt 6:9-12).

Brug ikke et blasfemisk, vulgært eller groft sprog eller gestus, og fortæl ikke vittigheder eller historier om umoralske handlinger. Det er anstødeligt for Gud og for andre.

Husk, at disse standarder for sproget gælder alle former for kommunikation, deriblandt sms'er på en mobiltelefon eller kommunikation via internettet.

Hvis du har fået en dårlig vane med at bruge et sprog, der ikke overholder disse standarder – såsom at bande, latterliggøre, sladre eller tale i vrede til andre – kan du ændre dig. Bed om hjælp. Bed din familie og venner om at støtte dig i dit ønske om at bruge et godt sprog.



SEPTEMBER: BEFALINGER

## Hvordan kan jeg modstå pornografi?

»Pornografi med dets vulgære snavs skyller hen over jorden som en afskyelig opslugende tidevandsbølge. Det er gift. Se det ikke, læs det ikke. Det vil ødelægge jer, hvis I gør det. Det vil fjerne jeres selvrespekt. Det vil frarøve jer fornemmelsen for livets skønheder. Det vil flå jer ned og skubbe jer ud i en sump af onde tanker og muligvis onde handlinger. Hold jer fra det. Undgå det, som I ville undgå en modbydelig sygdom, for det er lige så dødbringende« (Gordon B. Hinckley, »Nogle tanker om templer, fastholdelse af nyomvendte og missionering«, *Liahona*, jan. 1998, s. 51). Når vi »[ifører os] Guds fulde rustning« (se Ef 6:11-17) og stoler på Herrens styrke, så kan vi beskytte os selv mod modstanderens angreb på dyd og sørge for, at vore tanker og handlinger er rene.

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsont disse skriftsteder og hjælpemidler. Hvordan kan du opmuntre de unge mænd til at modstå pornografi?*

1 Mos 39:7-12; Rom 12:21; 2 Tim 2:22; Alma 39:9; Moro 10:30; L&P 27:15-18; 121:45-46 (Vi må øjeblikkeligt vende os bort fra begærets fristelser og i stedet tænke rene tanker)

Es 1:18; Hel 12:23; L&P 58:42-43 (Vi kan få tilgivelse, hvis vi omvender os)

Matt 5:27-28; Rom 6:12; Alma 39:9; L&P 42:23 (At begære en kvinde er en synd med alvorlige konsekvenser)

1 Ne 17:3; Mosi 24:14; Alma 26:12 (Gud vil styrke os i vore bestræbelser på at holde befalingerne)

Jeffrey R. Holland, »Ingen plads til min sjæls fjende«, *Liahona*, maj 2010,

s. 44-46; se også videoen »Pas på, hvor du går«

Quentin L. Cook, »Føler I også således nu?«, *Liahona*, nov. 2012, s. 6-9

Linda S. Reeves, »Beskyttelse mod pornografi – et kristuscentreret hjem«, *Liahona*, maj 2014

*Lad dyd pryde dine tanker*, 2006

»Pornografi«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 121-122

»Underholdning og medier«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 11-13

Video: »Se på«

Hvilke sunde og opløftende ting omgiver du dig med for at modstå pornografi? Hvordan har det at modstå pornografi velsignet dig som præstedømmebærer? Som ægteemand? Som far?

Hvad udsættes dine unge mænd for af pornografi? Hvordan kan det påvirke deres præstedømmekraft? Hvilke sunde og opløftende ting kan du foreslå dem til at hjælpe dem med at modstå pornografi?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Skriv en sætning fra sidste uges lektion på tavlen, og bed en ung mand om at forklare, hvilken betydning det har for ham.
  - Vis et stykke hvidt stof (for eksempel et lommestørklæde eller en handske) og en lille beholder med mudder.
- Tal med de unge mænd om, hvad der vil ske, hvis de putter det hvide stof ned i mudderet. Hvad ville blive berørt, mudderet eller det hvide stof? Hvordan påvirker pornografi vores tanker og ånd? Drøft præsident Hinckleys citat fra indledningen til denne lektion.

## Undervisningstip

»Dit primære fokus bør være at hjælpe andre til at lære om evangeliet og ikke at imponere med din præsentation. Det indebærer at give dem, som du underviser, mulighed for at lære af hinanden« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 64).

---

## Lær sammen

*Alle forslagene herunder vil hjælpe de unge mænd til at lære, hvordan de skal modstå pornografi. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:*

- Vis videoen »Se på«, og sig til de unge mænd, at de skal bede dig om at stoppe videoen, hver gang David kunne have truffet et andet valg. Hvad skete der efter denne oplevelse med kong David (se 2 Sam 11-12)? Hvordan påvirkede det hans familie? Hvorfor er det så farligt at se på pornografi? Bed de unge mænd om at læse 1 Mos 39:7-12 og se, hvordan Josef reagerede i en lignende situation. Sammenlign kortfattet resultatet af kong Davids handlinger med Josefs. Hvorfor er det en synd mod Gud at se pornografi? Hvilke sikkerhedsforanstaltninger har de unge brugt eller hørt andre bruge for at undgå pornografi? Hvilke sunde aktiviteter eller tanker kan de dyrke i stedet for upassende tanker?

- Spørg de unge mænd, hvorfor de tror, at pornografi er skadeligt for sjælen. Læs sammen i kvorummet afsnittet om pornografi i *Tro mod sandheden*. Hold pause efter hvert afsnit, og brug tid på at drøfte betydningen af det, der er blevet læst. (I kan fx drøfte, hvilke steder eller i hvilke situationer de unge mænd kan komme i berøring med pornografi. Hvad kan de gøre for at beskytte sig mod pornografi? Lad dem planlægge, hvad de vil gøre, når de uforvarende kommer i kontakt med det). Når I har læst det tredje afsnit, drøft da forsoningens kraft, og hvordan biskoppen eller grenspræsidenten deltager i omvendelsesprocessen. Tilskynd de unge mænd til at tale med biskoppen, hvis de er blevet inddraget i at se pornografi.

- Bed de unge mænd om at forestille sig, at de i fremtiden taler med deres 12 år gamle søn om, hvorfor pornografi er så skadeligt, og hvordan man kan undgå det. Tildel hver af de unge mænd et eller flere afsnit fra ældste Jeffrey R. Hollands tale »Ingen plads til min sjæls fjende« eller den sidste halvdel af søster Linda S. Reeves tale »Beskyttelse mod pornografi – et kristuscentreret hjem«, og bed dem søge efter udsagn eller informationer som kunne hjælpe ham i denne drøftelse (de kan også se videoen »Pas på hvor du går«). Bed dem fortælle, hvad de har fundet frem til. Hvordan vil deres valg nu med hensyn til pornografi

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan modstå pornografi? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

påvirke deres lykke i fremtiden, når de bliver ægtemænd og fædre?

- Bed de unge mænd om at forestille sig, at de har mulighed for at fortælle et medlem af De Tolv Apostles Kvorum om de udfordringer omkring pornografi, som de unge står overfor i dag. Hvad ville de sige til ham? Giv hver af de unge mænd et eksemplar af de seks afsnit fra ældste Quentin L. Cooks tale »Føler I også således nu?« begyndende med ordene »Seksuel umoralitet og urene tanker«. Bed den ene halvdel af kvorummet om at finde ud af, hvad ældste Cook lærte af en 15-årig dreng, og bed den anden halvdel om at finde det råd, som ældste Cook giver. Bed dem derpå om at fortælle om det. Hvad kan de unge mænd foretage sig for at gøre deres hjem til et tilflugtssted fra pornografi?

- Bed de unge mænd om at forestille sig, at de har en ven, der har problemer med pornografi. Hvad ville de sige til ham? Bed de unge mænd om at læse »Underholdning og medier« i *Til styrke for de unge* eller dele af afsnittet med titlen »Find styrke til at opgive synd« fra hæftet *Lad dyd pryde dine tanker*. Hvad vil de unge mænd fremhæve fra dette afsnit for deres ven? Hvilke andre skriftsteder kunne hjælpe en person, der har problemer med pornografi? (Se for eksempel de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede sine disciple til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. I sin undervisning fokuserede han på at hjælpe sine disciple til at efterleve evangeliet af hele deres hjerte. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at forstå deres pagter og efterleve dem fuldt ud?

**BEMÆRKNING TIL VEJLEDEREN:** Mange unge mænd bliver påvirket af pornografi, enten personligt eller på grund af et familiemedlem eller en ven. Tal ikke om oplevelser eller tilståelser omkring pornografi under kvorumsmødet. Du kan eventuelt overveje at fortælle forældrene, at du underviser i dette, og opfordre dem til at fortsætte drøftelsen derhjemme. Hvis en ung mand har brug for hjælp, så tilskynd ham til at tale med sine forældre eller biskoppen eller grenspræsidenten.



---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad han gør for at undgå at se upassende ting.
- Tilskynde de andre kворumsmedlemmer til at udarbejde en personlig plan for, hvordan de vil undgå og undslippe pornografi.
- Tilskynde kворumsmedlemmerne til at tale med biskoppen eller grenspræsidenten, hvis de har problemer med pornografi.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Quentin L. Cook, »Føler I også således nu?«  
Liahona, nov. 2012, s. 6-9*

Seksuel umoralitet og urene tanker strider imod den standard, der blev fastsat af Frelseren (se Alma 39). I begyndelsen af denne uddeling blev vi advaret om, at seksuel umoral muligvis ville være den største udfordring (se Ezra Taft Benson, »Rensning af karrets inderside«, *Stjernen*, aprilkonferencen 1986, s. 3). En sådan adfærd vil uden omvendelse medføre åndelig tørke og tab af forpligtelse. Film, tv og internettet skildrer ofte nedværdigende budskaber og billeder. Præsident Dieter F. Uchtdorf og jeg var for nylig i en jungle i Amazonas, og så parabolantener på selv nogle af de små, enkle hytter. Vi frydede os over den vidunderlige information, der nu var tilgængelig i dette fjerne område. Vi forstod også, at der praktisk talt ikke er noget sted på jorden, som ikke bliver berørt af slibrige, umoralske og pirrende billeder. Der er en af årsagerne til, at pornografi er blevet en plage i vor tid.

Jeg havde for nylig en indsigtfuld samtale med en 15-årig aronsk præstedømmebærer. Han hjalp mig til at forstå, hvor let det er for unge mennesker i denne internettid at blive udsat ufrivilligt for urene og selv pornografiske billeder. Han påpegede, at der i samfundet i det mindste er en vis erkendelse af, at brud på disse principper, som Kirken også belærer om, kan medføre frygtelige konsekvenser for ens helbred og velbefindende. Han nævnte unges rygning, stofmisbrug og indtagelse af alkohol. Men han bemærkede, at der ikke var tilsvarende ramaskrig eller selv betydelig formaning fra samfundets side angående pornografi eller umoralitet.

Mine kære brødre og søstre, denne unge mands betragtning er korrekt. Hvad er svaret? I årevis har profeter og apostle undervist om vigtigheden af religiøs efterlevelse i hjemmet.

Forældre, tiden er for længst forbi, hvor regelmæssig aktiv deltagelse i kirkemøder og programmer, som dog er vigtige, er nok til at opfylde jeres hellige ansvar om at undervise jeres børn i at leve et moralsk, retfærdigt liv og vandre i oprigtighed for Herren. Med præsident Monsons bekendtgørelse til formiddag er det altafgørende, at dette troligt gøres i hjemmet, som er et tilflugtssted, hvor der hersker venlighed, tilgivelse, sandhed og retskaffenhed. Forældre må have modet til at filtrere eller overvåge internetadgangen, tv, film og musik. Forældre må have modet til at sige nej, forsvare sandhed og bære stærke vidnesbyrd. Jeres børn skal vide, at I har tro på Frelseren, elsker jeres himmelske Fader og opretholder Kirkens ledere. Åndelig modenhed må blomstre i jeres hjem. Mit håb er, at ingen vil forlade denne konference uden en forståelse af, at vor tids moralske anliggender skal håndteres i familien. Biskopper og præstedømme- og organisationsledere må støtte familier og sikre sig, at der bliver undervist i åndelige principper. Hjemme- og besøgs lærere kan hjælpe, især børn med enlige forældre.

Den unge mand, som jeg nævnte tidligere, spurgte om apostlene vidste, hvor tidligt i livet man bør begynde at undervise om og beskytte mod pornografi og urene tanker. Han lagde vægt på, at det i visse områder ikke er for tidligt at begynde, før de unge rykker op fra Primary.

Unge, der allerede i en tidlig alder er blevet udsat for umoralske billeder, er skrækslagne for, at de måske er blevet uværdige til missionstjeneste og hellige pagter. Som resultat deraf kan det gå ud over deres tro. Jeg vil gerne forsikre jer unge om, at I, som Alma belærer om, gennem omvendelse kan gøre jer fortjent til alle himlens velsignelser (se Alma 13:27-30; 41:11-15). Det er, hvad Kristi forsoning handler om. Tal med jeres forældre eller en betroet leder og rådfør jer med jeres biskop.



## Hvorfor faster vi?

At faste er af egen fri vilje at undvære mad og drikke i en vis periode. Faste kombineret med oprigtig bøn kan hjælpe jer til at forberede jer selv og andre til at modtage Guds velsignelser. Faste omfatter også at give et gavmildt fasteoffer for at hjælpe dem, der har behov. Bærere af Det Aronske Præstedømme kan blive bedt om at hjælpe biskoppen med indsamling af fasteoffer.

Hvilke årsager har der været til, at du har fastet, og hvad var resultatet af din faste? Hvad gør du for at gøre din faste betydningsfuld for dig?

Hvorfor er det vigtigt for de unge mænd at forstå principperne bag faste? Hvad er de unge mænds største forhindring for, at de kan nyde de fulde velsignelser ved at faste?

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og andre hjælpeklider vil hjælpe de unge mænd til at forstå faste og de velsignelser, der kommer af det?*

Est 4:10-17; Matt 4:1-11; L&P 59:12-14  
(Faste er en kilde til åndelig styrke)

Henry B. Eyring, »Den faste, jeg ønsker«, *Liahona*, maj 2015, s. 22-25

Es 58:3-12; Matt 6:16-18 (Herren beskriver en korrekt faste, hvilket omfatter offergaver)

L. Tom Perry, »Hvad vil I?«, *Liahona*, maj 2005, s. 84-87

Matt 17:14-21 (Jesus fortæller sine disciple, at faste og bøn giver større kraft til at helbrede)

Dean M. Davies, »Fasteloven: En personlig forpligtelse til at drage omsorg for de fattige og nødlidende«, *Liahona*, nov. s. 53-55

Mosi 27:18-24; Alma 6:6 (Faste kan være til velsignelse for andre)

»Faste og fasteoffer«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 39-41

Alma 5:45-46; 17:1-3, 9; Hel 3:35 (Faste styrker vidnesbyrd)

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at dele et skriftsted, de husker fra sidste uges kvorumsmøde.
- Lad de unge mænd forestille sig, at en ven fra en anden trosretning

ønsker at vide, hvad det vil sige at faste, og hvorfor de gør det. Hvordan ville de forklare princippet om faste til deres ven? Drøft forskellen mellem at faste og blot at undlade at spise.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe de unge mænd til at forstå, hvad det vil sige at faste. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at læse eller se præsident Henry B. Eyrings tale »Den faste, jeg ønsker« sammen. Overvej at opdele talen i mindre afsnit. Når de læser eller ser hvert afsnit, så bed dem om at finde svar på spørgsmål som: »Hvad vil det sige at faste?«, »Hvad er formålene med at faste?« og »Hvilke velsignelser er der ved at faste?« Tilskynd de unge mænd til at fortælle, hvordan faste har velsignet dem, og hvad de vil gøre for at forbedre deres faste.
- Lav sammen i kvorummet en liste over de almindelige udfordringer, som de unge mænd kan stå overfor. Bed de unge mænd om at læse skriftsteder, der omtaler velsignelserne ved at faste, såsom de, der er nævnt i dette oplæg. Bed dem om på tavlen at skrive de velsignelser, der kommer fra en korrekt faste. Hvordan kan disse velsignelser hjælpe de unge mænd til at overvinde livets udfordringer? Hvordan kan de hjælpe dem i deres rolle som præstedømmebærere? Bær

vidnesbyrd om velsignelserne ved faste, og lad de unge mænd gøre det samme.

- Bed de unge mænd om at dele et stykke papir op i tre kolonner og give kolonnerne overskrifterne: »Hvad bør vi gøre?« »Hvad bør vi undgå?« og »Hvilke velsignelser lover Gud?« Bed dem om at skrive de svar, de finder i Esajas 58:3-12 omkring faste (hvis det er nødvendigt, så forklar, at faste er en af de måder, hvorpå vi »rækker den sultne ... brød«, og at de unge mænd meget gerne må betale fasteoffer). Tilskynd dem til at fortælle om deres svar og de velsignelser, de har modtaget ved at faste på Herrens måde.
- Hvis de unge mænd i din menighed hjælper biskoppen med indsamling af fasteoffer (se *Pligt mod Gud*, s. 23), overvej da at bede kvorumspræsidenten om at lede en samtale om, hvordan de kan udføre deres pligt på en måde, der behager Herren. Kvorumspræsidenten kan for

## Undervisningstip

»Det kan ... hænde, at du ikke kender svaret på et spørgsmål. Hvis det sker, så sig ganske enkelt, at du ikke ved det. Du kan eventuelt sige, at du vil prøve at finde svaret derpå. Ellers kan du opfordre eleverne til at finde svaret og i en anden lektion give dem tid til at fortælle, hvad de har fundet frem til« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 64).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren forberedte sig på at undervise ved at tilbringe tid alene i bøn og under faste. Hvad kan du gøre for at forberede dig til at undervise de unge mænd om faste?

NOTE TIL LÆREREN:  
Nogle af de unge mænd kan have helbredsmæssige problemer, der gør, at de ikke kan faste. Fortæl, at der kan være andre måder at modtage fastens velsignelser (de kan for eksempel stadig betale et gavmildt fasteoffer).

eksempel tale om, hvad fasteofferet bruges til, hvad kvorumsmedlemmernes holdning bør være, når de udfører denne pligt, og hvilke velsignelser de modtager for at tjene andre. Overvej som en del af denne drøftelse at gennemgå det råd, biskop Dean M. Davies gav til bærere af Det Aronske Præstedømme i sin tale »Fasteloven: En personlig forpligtelse til at drage

omsorg for de fattige og nødlidende« (se *Liahona*, nov. 2014, s. 55). Inviter et medlem af biskoprådet, som kan forklare kvorummet, hvordan fasteofferet bliver brugt til at drage omsorg for de fattige og nødlidende. Overvej at lade kvorumsmedlemmerne undervise en klasse i Primary om deres præstedømmepligt til at indsamle fasteoffer.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvad det vil sige at faste? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om oplevelser, han har haft, da han fastede.
- Tilskynde de unge mænd til at betale fasteoffer.
- Opfordre kvorumsmedlemmer til at anvende det, de har lært i dag, næste gang de skal faste.



SEPTEMBER: BEFALINGER

# Hvorfor bliver vi befalet at holde sabbatsdagen hellig?

Herren har givet os sabbatsdagen til vores gavn og har befalet os at holde den hellig. Overholdelse af sabbatsdagen vil føre os nærmere Herren og vores familie. Det vil give os et evigt perspektiv og åndelig styrke. Sabbatten lader os også hvile fra vores fysiske arbejde og tilbede Gud.

---

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst følgende skriftsteder og hjælpkilder, og udvælg dem, der bedst kan benyttes til at undervise de unge mænd om sabbatsdagen.*

- |                                                                                        |                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 1 Mos 2:2 (Sabbatsdagens oprindelse)                                                   | Thomas S. Monson, »Valgets principper«, <i>Liahona</i> , nov. 2010, s. 67-70   |
| 2 Mos 20:8-11 (Hold sabbatsdagen hellig)                                               | Kevin S. Hamilton, »Hold bestandig fast«, <i>Liahona</i> , nov. 2013           |
| Mark 2:27 (Sabbatten blev til for mennesket)                                           | »Sabbatten«, <i>Tro mod sandheden</i> , 2005, s. 128-129                       |
| L&P 59:9-13 (Overholdelse af sabbatten hjælper os til at holde os uplettede af verden) | »Overholdelse af sabbatsdagen«, <i>Til styrke for de unge</i> , 2011, s. 30-31 |
| Russell M. Nelson, »Sabbatten er frydefuld«, <i>Liahona</i> , maj 2015, s. 129-132     | Video: »Han lærte barmhjertighed som ung«                                      |

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorumsmede.*

Hvilke velsignelser modtager du, fordi du holder sabbatsdagen hellig?  
Hvordan ved du, hvad der er passende og upassende på sabbatten?

Hvorfor er det vigtigt, at de unge mænd forstår, hvorfor vi har en sabbatsdag? Hvordan kan du give dem et ønske om at ære sabbatten? Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at selv at afgøre, hvilke aktiviteter, der er passende på sabbatsdagen?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Vis de unge mænd et billede eller en genstand fra sidste uges lektion, og bed dem om at forklare, hvilken forbindelse der er mellem genstanden og det, de lærte sidste uge.
- Spørg de unge mænd, om en ven nogensinde har inviteret dem med til noget, der fandt sted på en søndag, som ikke var passende for sabbatten. Hvordan forklarede de deres ven grunden til, at vi holder sabbatsdagen hellig? Fortæl kvorummet om afsnittet i begyndelsen af dette oplæg for at få flere forslag til, hvordan man kan forklare andre om betydningen af sabbatten.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe de unge mænd til at forstå formålet med sabbatsdagen. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Opdel talen »Sabbatten er frydefuld« i tre eller fire dele. Bed de unge mænd om at læse delene, enten i små grupper eller enkeltvis. Hvilke indblik kan de finde om, hvordan man kan gøre sabbatten frydefuld? Hvordan kan de unge mænd sikre, at deres opførsel på sabbatten vil føre til glæde og fryd?
- Del de unge mænd op parvis. Bed den ene unge mand i hvert par om at læse Lære og Pagter 59:9-15 og nedskrive det, vi bliver bedt om at gøre på sabbatten. Bed den anden unge mand om at læse vers 16-19 for at finde de velsignelser, vi bliver lovet, når vi holder sabbatsdagen hellig. Lad dem fortælle hinanden, hvad de har fundet frem til, og tale om, hvorfor det er vigtigt at ære sabbatsdagen. Bed kvorummet om at drøfte, hvorfor Herren gav os sabbatsdagen. Lad hver ung mand tænke på noget, han kan gøre for at sikre sig, at Herrens formål med sabbatsdagen bliver opfyldt i deres liv.
- Spørg de unge mænd, hvordan de afgør, om en aktivitet er passende på sabbatten. Bed dem om at læse Lære og Pagter 59:9-13 og *Til styrke for de unge* (s. 30-31) for at finde principper, der kan hjælpe dem. Bed dem om at skrive det, de finder frem til, på tavlen. Lad de unge mænd hver især tænke over deres egne søndagsaktiviteter og på egen hånd afgøre, om de er i overensstemmelse med disse principper. Tilskynd de unge mænd til at sætte konkrete mål om at foretage de ændringer, som de føler er nødvendige, ved de ting, de foretager sig om søndagen.
- Vis eller genfortæl beretningen om ældste Kevin S. Hamiltons far i de første to afsnit af hans tale »Hold

### Undervisningstip

»Når du underviser ud fra skrifterne, er det ofte en hjælp at få eleverne til at se eller lytte efter noget bestemt« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 55).

bestandigt fast«. Hvad lærer de unge mænd fra hans beretning om vigtigheden af at overholde sabbatten? Giv de unge mænd kopier af afsnittet fra ældste Hamiltons tale, der begynder med vendingen »Vi har hver især mange valg, der skal træffes«. Bed dem om at læse afsnittet og arbejde sammen parvis om at lave en liste over sabbatsaktiviteter, der er »gode«, »bedre« og »bedst«. Bed dem om at fortælle klassen om deres liste.

- Bed de unge mænd om at være opmærksomme på eksempler på

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de formålet med sabbatsdagen? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om vigtigheden af at holde sabbatsdagen hellig og forklare, hvordan hans liv er bedre, når han gør det.
- Tilskynde kворumsmedlemmerne til at styrke deres familie og andre omkring sig ved at være et godt eksempel på at holde sabbatsdagen hellig.

passende søndagsaktiviteter, mens du læser »Sabbatten« i *Tro mod sandheden*. Hvordan adskiller verdens syn på søndagsaktiviteter sig fra det, som Herren ønsker, at vi gør? Bed dem om at tænke over, hvordan nogle aktiviteter enten kan bidrage til eller forringe sabbatsånden. Hvordan ved de, om det, de gør, er en overholdelse af sabbatsdagen eller ej? I hvilke situationer har de følt, at det, de foretog sig, var i overensstemmelse med sabbatsdagen?

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede sine tilhængere til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. Han fokuserede på at hjælpe sine tilhængere til at efterleve evangeliet af hele deres hjerte. Bær vidnesbyrd om velsignelserne ved at holde sabbatsdagen hellig, og tilskynd de unge mænd til også at få den kundskab ved at udøve tro og ære sabbatsdagen.



# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Thomas S. Monson, »Valgets principper«, Liahona, nov. 2010, s. 67-70*

Lad mig komme med et eksempel på en person, der tidligt i livet besluttede, hvad hans mål skulle være. Jeg taler om bror Clayton M. Christensen, et medlem af Kirken, der er professor i virksomhedsledelse ved Harvard University.

Da bror Christensen var 16 år, besluttede han sig bl.a. for, at han ikke ville dyrke sport om søndagen. Da han flere år senere læste på Oxford University i England, spillede han på basketballholdet. Det år havde de ikke tabt og gik videre til det, der i Storbritannien svarer til de amerikanske collegemesterskaber.

De vandt ret let deres kampe og gik videre til de fire sidste kampe. Da bror Christensen kiggede på sit skema, opdagede han til sin store rædsel, at den sidste kamp, var planlagt til om søndagen. Han og holdet havde arbejdet meget hårdt for at nå så langt, og han var den center-spiller, der startede inde på banen. Han fortalte sin træner om sit dilemma. Træneren var uforstående og fortalte bror Christensen, at han forventede, at han spillede kampen.

Før finalen var der dog lige en semifinal. Reserve center-spilleren fik uheldigvis forvredet sin skulder, hvilket øgede presset på bror Christensen. Han gik

hen til sit hotelværelse. Han knælede. Han spurgte sin himmelske Fader, om det ville være i orden, at han bare denne ene gang spillede kamp på en søndag. Han sagde, at han, inden han havde afsluttet bønnen, modtog sit svar: »Hvad spørger du mig for, Clayton? Du kender jo svaret.«

Han opsøgte sin træner og sagde, at han var meget ked af det, men han kunne ikke spille med i finalen. Så tog han til søndagsmøderne i den lokale menighed, mens hans hold spillede uden ham. Han bad meget for dem. Og de vandt.

Den afgørende, men svære beslutning blev truffet for mere end 30 år siden. Bror Christensen har sagt, at som tiden er gået, betragter han det som en af de vigtigste beslutninger, han nogensinde har truffet. Det havde været meget nemt at sige: »Generelt er det det rette at holde sabbatten hellig, men i min situation er det OK, denne ene gang, hvis jeg ikke gør det.« Han siger dog, at hele hans tilværelse har vist sig at være en uendelig strøm af formildende omstændigheder, og havde han bare en enkelt gang krydset den linje, havde det været meget nemmere at krydse den igen den næste gang noget krævende og vigtigt dukkede op. Det, han lærte, er, at det er nemmere at holde befalingerne 100 % af tiden frem for 98 % af tiden (se Clayton M. Christensen, »Decisions for Which I've Been Grateful«, foredrag på BYU-Idaho, 8. juni 2004, [www.byui.edu/presentations](http://www.byui.edu/presentations)).

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Kevin S. Hamilton, »Hold bestandig fast«, Liahona, nov. 2013*

Min far kunne huske den dag, ja selve tidspunktet for, hvornår hans familie – med far, mor og fire børn – forlod Kirken, og hvoraf mange aldrig vendte tilbage igen i dette liv. Han var 13 år gammel, diakon, og i de dage deltog familierne i Søndagsskolen om formiddagen og i nadvermødet om eftermiddagen. På en smuk forårsdag, efter at være vendt hjem efter søndagens møder om formiddagen og under familiefrokosten, vendte hans mor sig mod hans far og spurgte: »Nåh, min skat, synes du vi skal tage til nadvermødet i eftermiddag, eller skal vi som familie køre en tur sammen på landet?«

Tanken om, at der var et alternativ til nadvermødet, havde aldrig strejft min far, men han og hans tre teenagesøskende satte sig alle op og lyttede

opmærksomt. Den søndagstur på landet den eftermiddag var sandsynligvis en dejlig familieaktivitet, men den lille beslutning blev starten på en ny retning, som i sidste ende førte hans familie væk fra Kirken med dens sikkerhed og velsignelse og ind på en anden sti . . .

Vi har hver især mange valg, der skal træffes med hensyn til vores overholdelse af sabbatten. Der vil altid være en »god« aktivitet, som kan og bør ofres til fordel for det bedre valg om at tage del i Kirkens møder. Dette er faktisk en af de måder, hvorpå modstanderen »narrer [vores] sjæl og fører [os] omhyggeligt [væk]« (2 Ne 28:21). Han bruger »gode« aktiviteter, som erstatninger for aktiviteter, der er »bedre« eller måske endda »bedst« (se Dallin H. Oaks, »God, bedre, bedst«, *Liahona*, nov. 2007, s. 104-108).



Tænk på de åndelige og timelige velsignelser, du har modtaget, fordi du har betalt tiende. Hvilke oplevelser har du haft, som du kan fortælle de unge mænd om?

Hvorfor vil det være vigtigt for de unge mænd at betale tiende? Hvordan kan du lære dem om vigtigheden af at efterleve tiendeloven?

## Hvorfor betaler vi tiende?

Det er et helligt privilegium at betale tiende. Når vi betaler tiende, viser vi vores taknemlighed for alt, hvad Gud har givet os, og giver ham en del af det, som vi har modtaget, tilbage. Tiende bruges til opførelse af templer og kirkebygninger, til oversættelse og udgivelse af skrifterne, til missionering og slægtsforskning og til på andre måder at opbygge Guds rige her på jorden.

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og andre hjælpeklider kan hjælpe de unge mænd til at forstå, hvorfor vi betaler tiende?*

Mal 3:8-10; 3 Ne 24:8-10; L&P 64:23  
(De velsignelser, der loves dem, der betaler tiende)

L&P 119 (Tiendeloven åbenbares)

David A. Bednar, »Himlens vinduer«, *Liahona*, nov. 2013

Henry B. Eyring, »Velsignelserne ved tiende«, *Liahona*, juni 2011, s. 4-5

Carl B. Pratt, »Herrens rigeste velsignelser«, *Liahona*, maj 2011, s. 101-103

»Tiende«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 153-154

»Tiende og offergaver«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 38-39

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Skriv et spørgsmål fra sidste uges lektion på tavlen, og spørg om en af de unge mænd kan besvare spørgsmålet ved hjælp af det, han lærte sidste uge.

- Skriv på tavlen: »Hvorfor betaler du tiende?« Lad de unge mænd

forestille sig, at en ven fra en anden trosretning stiller dem dette spørgsmål. Hvordan ville de svare? Tilskynd dem til at fortælle om oplevelser, som de eller deres familie har haft med tiende.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe de unge mænd til at forstå tiendeloven. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kворum:

- Bed de unge mænd om at læse Malakias 3:8-10 og Lære og Pagter 64:23 og gengive de løfter, der bliver givet til tiendebetalere. Bed de unge mænd om at finde ud af, hvad Herren forventer, at vi betaler i tiende, ved at læse Lære og Pagter 119. Uddel tiendesedler, og bed de unge mænd om at forklare hinanden, hvordan man benytter dem. Fortæl, hvordan du er blevet velsignet ved at betale tiende.

- Lav tre kolonner på tavlen, og skriv følgende overskrifter: *Velsignelser*, *Hvordan pengene bruges* og *Holdning*. Inddel kворummet i små grupper, og giv hver gruppe et af de emner, som de skal studere i *Til styrke for de unge*:

»Tiende og offergaver«. Bed dem om at skrive det, de finder frem til, i den korrekte kolonne på tavlen. Bed nogle få af dem om at bære deres vidnesbyrd om tiendeloven.

- Læs, vis eller fortæl historien om ældste Pratts bedstefar i »Herrens rigeste velsignelser«. Uddel kopier af talen, og bed de unge mænd om at finde en af de lektier, ældste Pratt lærte af sin bedstefar, og fortælle kворummet om den. Bed de unge mænd om at fortælle om et tidspunkt, hvor tiendebetaling har velsignet dem eller deres familie (eller fortæl selv om en oplevelse).

## Undervisningstip

»Kommenter forkerte svar med respekt og høflighed. Sørg for, at vedkommende stadig har det godt med at deltage« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 69).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stolede på sine disciple, og han forbedte dem og gav dem vigtige opgaver med at undervise, velsigne og tjene andre. Hvordan kan du vise, at du stoler på de unge mænd, og give dem mulighed for at undervise andre?

- Del kvorummet op i to grupper. Bed en gruppe om at læse præsident Henry B. Eyrings artikel »Velsignelserne ved tiende« og bed den anden gruppe om at læse afsnit 2 til 13 i ældste David A. Bednars tale »Himmels vinduer«, Bed hver gruppe om at lave en liste over de velsignelser, vi modtager, når vi betaler tiende, og

derpå skrive velsignelserne på tavlen. Bed de unge mænd om at fortælle om de velsignelser, som de og deres familie har modtaget på grund af tiendebetaling. Spørg dem, hvordan en efterlevelse af tiendeloven vil være en hjælp i deres kommende ægteskab og familie.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvorfor vi betaler tiende? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvorfor tiendebetaling er vigtigt for ham.
- Udfordre kvorumsmedlemmerne til altid at betale tiende.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra David A. Bednar, »Himlens vinduer«, Liahona, nov. 2013*

Søster Bednars mor er en trofast kvinde og en gudbenådet husholder. Fra de tidligste dage i sit ægteskab har hun holdt nøje regnskab med husholdningen. I årtier har hun omhyggeligt gjort rede for familiens indtægter og udgifter ved brug af en meget enkel regnskabsbog. Den information hun har samlet igennem årenes løb er omfattende og informativ.

Da søster Bednar var ung, brugte hendes mor oplysningerne i regnskabsbogen til at fremhæve grundlæggende principper om sparsommelig levevis og fornuftig husførelse. En dag, hvor de sammen gennemgik forskellige udgiftsposter, bemærkede hendes mor et interessant mønster. Udgifterne til lægebesøg og medicin til familien var langt lavere, end de havde regnet med. Hun relaterede så denne opdagelse til Jesu Kristi evangelium og forklarede sin datter den mægtige sandhed, at når vi efterlever tiendeloven, modtager vi ofte væsentlige omend undseelige velsignelser, som vi ikke forventer og let kan overse. Familien havde ikke modtaget nogen pludselig eller betydelig øget indkomst. Derimod havde en kærlig himmelsk Fader velsignet dem på en tilsyneladende ordinær måde. Søster Bednar har altid husket den vigtige lektie, hun lærte af sin mor, om den hjælp, vi modtager gennem himlens vinduer, som det loves i Malakias i Det Gamle Testamente (se Mal 3:10).

Når vi underviser og vidner om tiendeloven, fremhæver vi ofte de umiddelbare, dramatiske og meget iøjnefaldende timelige velsignelser, som vi modtager. Og sådanne velsignelser forekommer absolut. Dog er nogle af de forskelligartede velsignelser, som vi modtager, når vi adlyder denne befaling, væsentlige omend undseelige. Sådanne velsignelser opdages kun, hvis vi er åndeligt agtpågivende og opmærksomme (se 1 Kor 2:14).

Malakias' brug af billedsproget »himlens vinduer« er meget beskrivende. Vinduer lader lyset ind i en bygning. På samme vis strømmer der åndeligt lys og perspektiv ud gennem himlens vinduer og ind i vores liv, hvis vi ærer tiendeloven.

For eksempel kan en af de undseelige, men væsentlige velsignelser, vi modtager, være den åndelige gave taknemlighed, som øger vores påskønnelse for det, vi har, og begrænser vores begær efter det, vi ønsker. Et taknemligt menneske er rigt på tilfredshed. Et utaknemligt menneske lider af den endeløse utilfredsheds fattigdom (se Luk 12:15).

Vi kan have brug for og bede om hjælp til at finde passende beskæftigelse. Øjne og ører af tro (se Eter 12:19) er dog påkrævet for at kunne erkende den åndelige gave til bedre at kunne skelne, som kan gøre os i stand til at finde de jobmuligheder, som mange mennesker ellers ville overse – eller velsignelsen ved en større personlig beslutsomhed om at søge mere og lede længere efter en stilling end andre mennesker vil eller er i stand til. Vi kan ønske og forvente et jobtilbud, men velsignelsen, der kommer til os gennem himlens vinduer, kan være en større evne til selv at handle og ændre vores situation frem for bare at forvente, at vores situation ændres af nogen eller noget.

Vi kan nære et passende ønske og arbejde på at modtage en lønforhøjelse for vores arbejde for lettere at kunne skaffe livets fornødenheder. Øjne og ører af tro er dog også påkrævet for at bemærke en øget åndelig og timelig evne (se Luk 2:52) til at få mere ud af mindre, en skærpet evne til at prioritere og forenkles og en forbedret evne at tage vare på de materielle goder, vi allerede har erhvervet os. Vi kan ønske og forvente en større løn, men velsignelsen fra de himmelske vinduer kan være en større formåen til selv at ændre vores situation frem for at forvente, at vores situation ændres af nogen eller noget.



## Hvorfor er det vigtigt at være ærlig?

At være ærlig betyder at vælge ikke at lyve, stjæle, snyde eller bedrage på nogen som helst måde. Når vi er ærlige, opbygger vi karakterstyrke, som vil give os mulighed for at være til stor nytte for Gud og for andre. Vi bliver velsignet med sjælefred og selvrespekt, og Herren og andre vil kunne stole på os.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst de følgende skriftsteder og andre hjælpeklæder, og udvælg dem, der bedst kan benyttes til at undervise de unge mænd om ærlighed.*

Sl 101:7; Ordsp 12:22; 2 Kor 4:2; Ef 4:29; Alma 27:27; TA 1:13 (Vær ærlig og retsindig i alt)

ApG 5:1-10 (Vi kan ikke lyve over for Herren)

2 Ne 9:34; Alma 12:1-6 (Uærlighed er en synd med alvorlige konsekvenser)

JS-H 1:21-25 (Joseph var ærlig, selv om han blev forfulgt)

Thomas S. Monson, »Forberedelse bringer velsignelser«, *Liahona*, maj 2010, s. 64-67

Robert C. Gay, »Hvad kan et menneske give som vederlag for sit liv?«, *Liahona*, nov. 2012, s. 34-36

Richard C. Edgley, »Tre håndklæder og en avis til to kroner«, *Liahona*, nov. 2006, s. 72-74

»Ærlighed og retskaffenhed«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 19

»Ærlighed«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 178-179

Video: »Ærlighed: Tro på det«

Hvad tror du, det vil sige at være ærlig i alt? Hvorfor synes du, at det er vigtigt at være ærlig? Hvordan er du eller nogen, du kender, blevet påvirket af andres ærlige eller uærlige beslutninger?

Hvilke situationer står de unge mænd overfor, hvor deres ærlighed bliver prøvet? Hvordan kan du få dem til at forstå, at de bliver velsignet ved at være ærlige i alle situationer? Hvordan kan du hjælpe dem til at have mod til at træffe ærlige valg?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Lad de unge mænd fortælle om en oplevelse, de har haft, der har forbindelse til sidste uges lektion.
- Bed de unge mænd om på et stykke papir (anonymt) at nedskrive situationer, hvor de måske kunne være fristet til at være uærlige (de kan få ideer ved at se på standarderne i *Til styrke for de unge*). Indsaml papirerne, og læs nogle af situationerne højt for kvorrummet. Hvad ville de gøre i disse situationer? Hvad ville konsekvensen være ved at være ærlig og uærlig?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvorfor det er vigtigt at være ærlig. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Lad de unge mænd se »Ærlighed: Tro på det« eller læse beretningen om at købe biografbilletter fra ældste Robert C. Gays tale »Hvad kan et menneske give som vederlag for sit liv?« Bed dem om at skrive, hvordan de nu, inden situationen opstår, kan forberede sig til at overvinde fristelsen til at være uærlig. Bed dem om at fortælle kvorummet om deres tanker.
- Læs sammen i kvorummet »Ærlighed og retskaffenhed« i *Til styrke for de unge*. Bed de unge mænd om at finde velsignelserne ved ærlighed, og skriv dem på tavlen. Hvordan påvirker ærlighed deres evne til at gøre godt for andre og for Herren? Hvorfor er ærlighed vigtig for dem som præstedømmebærere, som søn, bror, ven, leder eller arbejdstager?
- Læs Joseph Smith–Historie 1:21-25 sammen i kvorummet, og spørg de unge mænd, hvad denne beretning lærer dem om ærlighed. Hvordan bliver de velsignet, fordi Joseph var tro mod det, som han oplevede, og mod det, som vor himmelske Fader og Jesus Kristus bad ham om? Hvilke situationer har de unge mænd været i, hvor det har krævet mod at være ærlig? Hvordan blev de velsignet for deres ærlighed?
- Tegn en linje midt på tavlen. Skriv »Hvis jeg er ærlig ...« på den ene side, og skriv »Hvis jeg er uærlig ...« på den anden side. Bed de unge mænd om at afslutte disse sætninger, efterhånden som de læser afsnittet »Ærlighed« i *Tro mod sandheden* samt beretningen om den uærlige elev fra præsident Thomas S. Monsons tale »Forberedelse bringer velsignelser«. Hvilke andre tanker kan de tilføje? Lad de unge mænd fortælle, hvilke af disse ting de har set i deres egen tilværelse. Bed kvorummet om at

## Undervisningstip

»Du kan hjælpe dem, som du underviser, med at føle sig mere tillidsfulde med hensyn til deres evne til at deltage i en samtale, hvis du svarer positivt på alle seriøse kommentarer. Du kan for eksempel sige: »Tak for dit svar. Det var meget eftertænksomt« eller ... »Det er et godt eksempel« eller: »Jeg sætter pris på det, som I alle sammen har sagt i dag« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 64).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren underviste ved sit eksempel. Han lærte folk at bede ved at bede sammen med dem. Han lærte dem at elske og tjene gennem den måde, han elskede og tjente dem på. Han lærte dem at undervise i hans evangelium gennem den måde, han underviste i det. De unge mænd vil blive styrket, når de ser, at du er ærlig i din undervisning og i din livsførelse.

gengive, hvordan nogen til tider retfærdiggør uærlighed. Hvordan forklarer de andre om deres årsager til at være ærlig?

- Tildel hver af de unge mænd et af skriftstederne fra denne lektion. Bed

dem om hver især at skrive et til fire ord, der gengiver, hvad dette skriftsted lærer dem om ærlighed. Lad de unge mænd fortælle, hvad de har skrevet, og derefter fortælle om deres tanker og oplevelser med at være ærlige.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de vigtigheden af at være ærlig? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om det, han lærte af lektionen i dag.
- Udfordre de unge mænd til at være ærlige i alt.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Robert C. Gay, »Hvad kan et menneske give som vederlag for sit liv?«, Liahona, nov. 2012, s. 34-36*

Frelseren stillede engang sine disciple følgende spørgsmål: »Hvad kan et menneske give som vederlag for sit liv?« (Matt 16:26).

Det er et spørgsmål, som min far for år tilbage lærte mig at overveje omhyggeligt. Da jeg var barn, gav mine forældre mig pligter derhjemme, som jeg fik lommepenge for. De penge, lidt over 3 kroner om ugen, brugte jeg ofte på at gå i biografen. Dengang kostede en billet 1,50 krone for en 11-årig. Det gjorde, at jeg havde 1,50 krone tilbage til slik, som kostede 30 øre stykket. En film med 5 stykker slik! Det kunne ikke blive meget bedre.

Det gik fint, indtil jeg blev 12. Da jeg en eftermiddag stod i køen, blev jeg klar over, at billetprisen for en 12-årig var 2,10 kroner, og det betød to stykker slik mindre. Jeg var ikke helt klar til det offer, så jeg sagde til mig selv: »Du ser ud som for en uge siden.« Jeg trådte derefter frem og bad om billetten til 1,50 krone. Billetdamen fortrak ikke en mine, og jeg købte mine sædvanlige fem stykker slik i stedet for tre.

Opstemt over mit resultat styrtede jeg senere hjem for at fortælle min far om mit store kup. Da jeg stod og udpenslede detaljerne, sagde han ingenting. Da jeg var færdig, kiggede han blot på mig og sagde: »Min søn, vil du sælge din sjæl for 60 øre?« Hans ord gennemborede mit 12-årige hjerte. Det var en lærestreg, jeg aldrig har glemt.



# Oktober: Bliv mere kristuslignende

»Jesus sagde til ham: »Jeg er vejen og sandheden og livet« (Joh 14:6).

Oplæggene denne måned vil hjælpe de unge mænd til at lære om og udvikle kristuslignende egenskaber. Jesus Kristus har befalet os alle: »[Vær] fuldkomne, ligesom jeg eller jeres Fader, som er i himlen, er fuldkommen« (se 3 Ne 12:48). Når de unge mænd udvikler Kristi egenskaber, vil det hjælpe dem til at udfylde deres pligter som bærere af hans hellige præstedømme. De får brug for disse egenskaber, når de står over for de udfordringer, der kommer af at leve i hårde tider, samt i deres forberedelse på at tjene som fuldtidsmissionærer og stifte en retskaffen familie i fremtiden.

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvordan kan jeg tjene andre? (Pligt mod Gud)*

*Hvordan kan jeg blive mere kristuslignende?*

*Hvordan kan jeg udvikle kristuslignende kærlighed?*

*Hvordan kan jeg lære at være mere tålmodig?*

*Hvorfor er det vigtigt at være taknemlig?*

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvælg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

»Lev værdigt«, s. 16-17, 40-41, 64-65

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68





Tænk over oplevelser, som du har haft med at tjene andre. Hvad kom der ud af din tjeneste? Hvilke oplevelser kan du fortælle om, som vil hjælpe de unge mænd til at føle vigtigheden af at tjene?

Hvornår har du set de unge mænd tjene andre? Hvilke oplevelser kan de unge mænd fortælle hinanden om? Hvorfor er det vigtigt at lære at yde kristuslignende tjeneste?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

## Hvordan kan jeg tjene andre?

Jesus Kristus var det fuldkomne eksempel på at elske og tjene andre. Som præstedømmebærere har vi en pligt til at tjene andre. Vi kan tjene andre, ligesom Frelseren gjorde, på mange måder, såsom at administrere præstedømmeordinancer, fortælle andre om evangeliet og udføre kærlige, små gerninger i hverdagen.

---

### Forbered dig åndeligt

*Når du studerer skriften og andre hjælpeklider for at lære mere om tjeneste, så vær opmærksom på ting, der kan hjælpe de unge mænd til at yde kristuslignende tjeneste.*

Matt 25:31-46; Mosi 2:17 (Når vi tjener andre, tjener vi Gud)

*Udførelse af min pligt mod Gud*, 2010, s. 26, 50, 74

Joh 13:34-35 (Vi bør elske andre, som Frelseren elsker os)

Henry B. Eyring, »Forbind deres sår«, *Liahona*, nov. 2013

Jak 1:27 (Ægte gudsdyrkelse er at tage sig af de faderløse og enkerne)

»Tjeneste«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 32-33

1 Ne 2:16-18; 3:1-7, 28-31; 4:1-2; 17:7-19, 50-51; 18:1-4 (Nefis, Lamans og Lemuels tilgang til opgaver)

Video: »Red de nødlidende«, »Daytons ben«, »Hvis vi glemmer os selv«

Mosi 18:8-10 (Vi bør være villige til at trøste dem, der står i behov for trøst)

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Skriv titlen på sidste uges lektion på tavlen, og lad de unge mænd hver især hurtigt skrive noget, som de lærte eller har anvendt fra den lektion.
- Bed de unge mænd om at fortælle om oplevelser, de har haft for nylig, hvor de har tjent nogen (hvis det er muligt, lader du dem fortælle om et tjenesteprojekt, de har udført på egen hånd eller med kvorummet, som led i deres Pligt mod Gud-planer). Hvordan blev de påvirket af denne tjeneste? Hvordan blev andre påvirket? Bed de unge mænd om at fortælle om oplevelser, hvor folk er blevet fysisk reddet i en kritisk situation. Hvordan føler folk typisk for den person, der hjalp dem? Vis videoen »Red de nødlidende«, og bed de unge mænd om at tale om, hvad de lærer af præsident Monson om at tjene andre, som Frelseren gjorde.

---

## Lær sammen

### Pligt mod Gud-planer

Afsæt i slutningen af kvorumsmødet tid til, at de unge mænd kan lægge planer i deres *Pligt mod Gud*-hæfte. Disse planer er personlige, men kvorumsmedlemmerne kan hjælpe hinanden med at komme med forslag til disse planer.

*Formålet med denne lektion er at hjælpe de unge mænd til at forstå, hvordan de kan udføre deres præstedømmepligt med at tjene andre. Som et led i denne lektion bør kvorumsmedlemmerne lægge en plan i deres Tro mod Gud-hæfte om at udføre denne pligt. Bed på forhånd de unge mænd om at tage deres Tro mod Gud-hæfte med i kirke. Bed dem om ved et kommende kvorumsmøde at fortælle om de oplevelser, de har haft, da de udførte deres planer.*

- Fordel følgende skriftsteder blandt de unge mænd: Matthæus 25:31-46; Johannes 13:34-35; Mosija 2:17; Jakob 1:27 og Mosija 18:8-10. Bed dem om at finde ud af, hvad de lærer af disse vers om at tjene andre og skrive det ned (se *Pligt mod Gud*, s. 26). Når de har fortalt, hvad de fandt frem til i versene, så bed dem om at fortælle om personlige oplevelser, hvor de er blevet velsignet ved andres tjeneste.
- Bed kvorumsmedlemmerne om at læse de følgende skriftsteder og sammenligne Nefis holdning med Laman og Lemuels, da de blev stillet en opgave: 1 Ne 2:16-18; 3:1-7, 28-31; 4:1-2; 17:7-19, 50-51; 18:1-4 (overvej at bede dem om at skrive deres svar på tavlen). Bed dem om at tænke over, hvad deres holdning var, sidste gang de fik mulighed for at tjene andre. Bed de unge mænd om på de linjer, der er til rådighed på s. 50 i *Pligt mod Gud*-hæftet, at skrive flere sætninger taget fra deres studium, som beskriver hvilken holdning, vi bør have, når vi udfører præstedømmeopgaver.
- Vis en eller begge de videoer, der er foreslået i dette oplæg, og bed de unge mænd om at være opmærksomme på de velsignelser, der kommer af at tjene andre, herunder også

medlemmer af deres kvorum. Bed kvorumsmedlemmerne om at se i deres *Pligt mod Gud*-hæfte og finde ud af, hvordan de som bærere af Det Aronske Præstedømme kan tjene andre (se s. 23 for diakoner, s. 47 for lærere og s. 71 for præster). Lad de unge mænd overveje, hvordan de gennem tjeneste kan styrke deres kvorum.

*Når de unge mænd har fuldført en eller flere af forslagene herunder, så gør følgende:*

- Bed kvorumsmedlemmerne om at slå op på afsnittet »Tjen andre« i deres *Pligt mod Gud*-hæfte (s. 26-27 for diakoner, s. 50-51 for lærere og s. 74-75 for præster). Lad kvorumsmedlemmerne hver især nedskrive en personlig plan for at tjene. For eksempel kunne deres plan være at følge ældste M. Russell Ballards råd om

- Vis et billede af præsident Henry B. Eyring som ung. Læs om præsident Eyrings oplevelse, da han som præst sammen med sin biskop besøgte medlemmer. Hvad lærer de unge mænd af præsident Eyrings eksempel? Hvilke oplevelser kan de fortælle om fra deres egen tilværelse?

hver dag at bede om muligheder for at tjene andre (se »Vær ivrigt engageret«, *Liahona*, nov. 2012, s. 29-31). Bed derpå kvorumspræsidenten om at lede en drøftelse af, hvad kvorummet kan gøre for at tjene andre, og bed de unge mænd om at nedskrive denne plan i deres hæfte.

## Undervisning på Frelserens måde

Jesus Kristus brugte i sin jordiske tjenestegering tid på at tjene og hjælpe dem omkring sig. Kristi sande disciple gør det samme. Frelseren sagde: »Deraf kan alle vide, at I er mine disciple: hvis I har kærlighed til hinanden« (Joh 13:35). Når du underviser de unge mænd, så vær opmærksom på muligheder for at lade dem fortælle, hvordan de har tjent andre, og hvad der inspirerede dem til at yde tjeneste.

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om sine planer om at tjene nogen og opfordre de unge mænd til at udføre deres planer.
- Forklare, at kvorumsmedlemmerne i de kommende uger vil blive bedt om at fortælle om oplevelser, som de har haft med at tjene andre.





## Hvordan kan jeg blive mere kristuslignende?

Jesus Kristus er vores fuldkomne eksempel, og han har befalet os at blive, ligesom han er. Han var et eksempel på karaktertræk som tro, håb, næstekærlighed, tålmodighed, ydmyghed, renhed, flid og lydighed. Når vi lærer af ham og søger efter at udvikle hans egenskaber, så bliver vi de præstedømmebærere, som han og vor himmelske Fader ønsker, at vi skal blive.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsonst disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du dig inspireret til at videregive til de unge mænd?*

Matt 26:36-45; Luk 7:11-15; 23:33-34;  
Joh 13:4-10 (Egenskaber, som Frelseren var et eksempel på i sit liv)

Mosi 3:19 (Gennem Jesu Kristi forsoning kan vi blive hellige)

3 Ne 27:27 (Vi bliver befalet at blive, ligesom Kristus er)

Stephen W. Owen, »De største ledere er de største disciple«, *Liahona*, maj 2016, s. 70-76

Richard J. Maynes, »Glæden ved at leve et liv, der er centreret om Kristus«, *Liahona*, nov. 2015, s. 27-30

M. Russell Ballard, »Den bedste generation af unge voksne«, *Liahona*, maj 2015, s. 67-70

Præsident Thomas S. Monson, »Giv agt på den vej, du går«, *Liahona*, nov. 2014, s. 86-88.

»Hvordan udvikler jeg kristne egenskaber?« *Forkynd mit evangelium*, 2004, s. 115-126

Video: »Dagligt brød: Forandring«, »Kristuslignende egenskaber«

Hvad er nogle af Jesu Kristi egenskaber? Hvilke af disse egenskaber har du mest brug for at udvikle? Hvem kender du, eller hvem har du set, som er et eksempel på disse egenskaber?

Hvilke kristuslignende egenskaber ser du i hver enkelt af de unge mænd, som du underviser? Hvilke egenskaber har de brug for at udvikle nu for at blive mere trofaste præstedømmebærere?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed kvorumsmedlemmerne om hver især at finde et skriftsted om den lærdom, som de lærte i sidste uges lektion, og tale om det to og to.
- Giv hver af de unge mænd en kopi af spørgeskemaet på s. 126 i *Forkynd mit evangelium* og bed dem om at bruge et par minutter på at udfylde spørgeskemaet. Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de lærte af spørgeskemaet. Bed nogle få unge mænd om at fortælle om en kristuslignende egenskab, som de beundrer hos én i kvorummet eller ved et familiemedlem.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære om Jesu Kristi egenskaber. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit koorum:

- Hjælp de unge mænd til at forstå, hvorfor vi bør centrere vores tilværelse omkring Jesus Kristus ved fx at lade dem lege en leg, der handler om at centrere objekter (som fx kaste ringe eller stille mange blokke ovenpå hinanden). Vis de første fire minutter af ældste Richard J. Maynes' tale »Glæden ved at leve et liv, der er centreret om Kristus«. Hvad lærer de om betydningen af at centrere deres liv om Frelseren fra aktiviteten og talen? Bed de unge mænd om at arbejde parvis og finde en beretning i talen, der viser de velsignelser, vi modtager, når vi centrerer vores liv om Kristus. Hvad vil de gøre for at centrere deres liv mere om Frelseren og hans lære?
- Giv de unge mænd en kopi af de ni spørgsmål, som ældste Russell M. Ballard stiller til de unge mænd i sin tale »Den bedste generation af unge voksne« (eller overvej at afspille den del af talen, hvor ældste Ballard stiller spørgsmålene). Bed dem om at overveje, hvordan de ville besvare disse spørgsmål, og bed dem om at tænke over, om der er noget område i deres liv, hvor de kan forbedre sig. Hvilke kristuslignende egenskaber kan disse spørgsmål hjælpe dem til at udvikle?
- Sørg for, at de unge mænd hver har en kopi af kapitel 6 fra *Forkynd mit evangelium*. Lad de unge mænd vælge en af de kristuslignende egenskaber, der er beskrevet i dette kapitel, som de gerne vil blive bedre til. Bed dem om at fortælle, hvorfor denne egenskab er vigtig for dem. Afsæt tid under kvorumsmødet til, at de kan lære om den egenskab, som de valgte, ved at følge forslagene under overskriften »Tilegn dig kristne egenskaber« på s. 122-123 i *Forkynd mit evangelium*.

## Undervisningstip

»Vidnesbyrd virker ofte stærkest, når de er korte, koncise og direkte« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 43).

## Undervisning på Frelserens måde

I alle situationer var Frelseren vores eksempel og mentor. Når du stræber efter at blive mere ligesom han og udvikle hans egenskaber, bliver du en bedre lærer. Når du forbereder dig til at undervise, tænk da på de kristuslignende egenskaber, som du har brug for for at undervise de unge mænd.

- Bed hver af de unge mænd om at vælge en af de veje, som præsident Thomas S. Monson nævner i sin tale »Giv agt på den vej, du går«. Bed dem om at sammenfatte det, som præsident Monson siger om den vej, og lave et kort udkast til en kort tale om, hvordan Frelseren viste os et eksempel med hensyn til den vej. I dette udkast kan de inkludere et skriftsted, en personlig oplevelse og deres vidnesbyrd. Hjælp de unge mænd til at lægge planer om at holde deres tale ved et GUF-formøde, ved nadvermødet, et kvorumsmøde eller derhjemme.
- Bed de unge mænd om at finde deres præstedømmepligter, som er nævnt i *Pligt mod Gud-hæftet* (se s. 23, diakoner, s. 46-47, lærere, s. 70-71, præster), og drøfte forskellige situationer, som de kan befinde sig i, når de udfører disse pligter (for eksempel hvis de er hjemmelærere hos en familie, der ikke er modtagelige over for evangeliet, eller når de forsvarer Herrens standarder). Hvordan vil Kristi egenskaber hjælpe de unge mænd i disse situationer? I hvilke situationer

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstå de, hvordan de kan blive mere kristuslignende? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om vigtigheden af at udvikle kristuslignende egenskaber for at hjælpe ham i udførelsen af sine præstedømmepligter, både nu og fremover.
- Opfordre de unge mænd til at sætte mål og lægge planer om at udvikle en kristuslignende egenskab. Han kan tilskynde dem til at bede vor himmelske Fader om hjælp.

har de set nogle af de andre kvorumsmedlemmer være et eksempel på en af disse egenskaber? De unge mænd kan gennemgå Stephen W. Owens tale, »De største ledere er de største disciple« og drøfte eksempler på lederskab i præstedømmet, som de har set i deres liv. Hvordan er Kristus det bedste eksempel på lederskab? Hvordan kan vi være kristuslignende ledere, når vi udfører vore præstedømmepligter?

- Bed kvorumsmedlemmerne om hver især at læse et af de skriftsteder, der bliver foreslået i det udkast, og markere de ord og begreber, der omhandler nogle af Frelserens egenskaber. Tilskynd dem til at se efter disse egenskaber og andre, når de ser videoen »Kristuslignende egenskaber«. Afsæt tid til, at de kan fortælle, hvad de føler for Frelseren og de egenskaber, som han havde. Hvordan kan de udvikle disse egenskaber i deres tilværelse? De kan også fortælle om eksempler på folk, som de kender, som de mener udviser nogle af disse kristuslignende egenskaber.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Richard J. Maynes, »Glæden ved at leve et liv, der er centreret om Kristus« Liahona, nov. 2015, s. 27-28*

Ældste Taiichi Aoba fra De Halvfjerds, der bor i en lille landsby i bjergene i Shikoku i Japan, blev bedt om at undervise en klasse ved en ungdomskonference. Det tema, der var valgt til konferencen, var »Stå I derfor på hellige steder«. Efter at ældste Aoba havde overvejet temaet og hvad han skulle sige, besluttede han at bruge sit arbejde som et undervisningsredskab. Han arbejder som pottemager.

Ældste Aoba fortæller, at hans klasse fuld af unge blev meget begejstrede, da de så, hvordan han var i stand til på næsten magisk vis at transformere leret i sine hænder til tallerkner, skåle og kopper. Efter sin demonstration spurgte han, om nogen af dem havde lyst til at prøve. De rakte alle hånden op.

Ældste Aoba bad adskillige af de unge om at komme op og afprøve deres nye hobby. Efter at have set ham gik de ud fra, at det ville være ret nemt. Ingen af dem var dog i stand til at lave så meget som en simpel skål. De udbrød: »Jeg kan ikke gøre det her!« »Hvorfor er det så svært?« »Det er virkelig vanskeligt.« Disse kommentarer faldt, mens der fløj ler rundt om ørerne på dem.

Han spurgte de unge, hvorfor de havde sådanne vanskeligheder med at forme leret. De kom med

forskellige svar: »Jeg har ingen erfaring«, »Jeg har ikke fået nogen oplæring« eller »Jeg har ikke talent for det«. Ud fra deres resultat havde de alle sammen ret, men den vigtigste årsag til deres fejlslagne forsøg var, at leret ikke var centreret på hjulet. De unge troede, at de havde placeret leret i midten, men set med en fagmands øjne, så var det ikke centreret præcist. Han sagde så til dem: »Lad os prøve det her en gang til.«

Denne gang centrerede ældste Aoba leret lige i midten af hjulet og begyndte at dreje hjulet, idet han lavede et hul i midten af leret. Adskillige af de unge prøvede igen. Denne gang begyndte alle at klappe, da de sagde: »Wow, det ryster ikke«, »Jeg kan finde ud af det« og »Jeg gjorde det!« Naturligvis var de ikke perfekte, men resultatet var helt anderledes end deres første forsøg. Grunden til deres succes var, at leret var perfekt centreret på hjulet.

Den verden, som vi lever i, er ligesom pottemagerens snurrende hjul, og hjulet drejer hurtigere og hurtigere rundt. Ligesom leret på pottemagerens hjul må vi også være centrerede. Vores midte, vores livs center skal være Jesus Kristus og hans evangelium. Et kristuscentreret liv betyder, at vi må lære om Jesus Kristus og hans evangelium og følge hans eksempel og holde hans befalinger med nøjagtighed.



## Hvordan kan jeg udvikle kristuslignende kærlighed?

Kristi rene kærlighed, også kendt som næstekærlighed, er den højeste, mest ædle og stærkeste form for kærlighed og den, der glæder sjælen mest (se 1 Ne 11:23). Jesus Kristus er det fuldkomne eksempel på næstekærlighed. Han »færdedes overalt og gjorde vel« under sin jordiske tjenestegering og viste sin omsorg for de fattige, de lidende og de ulykkelige (se Matt 4:23; ApG 10:38). For at få kristuslignende kærlighed skal vi søge efter den, bede om den og følge Frelserens eksempel i vore tanker, ord og gerninger.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt følgende skriftsteder og hjælpemidler, og udvælg dem, der er mest anvendelige for de unge mænd.*

1 Sam 16:7 (Herren ser på hjertet)

Luk 10:30-37 (Den barmhjertige samaritaner), se også bibelvideoen »Lignelsen om den barmhjertige samaritaner«

Luk 23:33-34 (Jesus tilgav de romerske soldater, der korsfæstede ham)

Joh 15:9-13 (Kristus viste sin kærlighed til os ved at sætte sit liv til)

1 Joh 4:7-1, 18-1 (Gud er kærlighed)

Moro 7:45-48 (Vi kan bede om at blive fyldt med næstekærlighed, Kristi rene kærlighed)

Thomas S. Monson, »Kærlighed – kerne i evangeliet«, *Liahona*, maj 2014, s. 91-94

Dieter F. Uchtdorf, »De barmhjertige skal møde barmhjertighed«, *Liahona*, maj 2012, s. 70-77

Dallin H. Oaks, »Elsk og lev med forskelligheder«, *Liahona*, nov. 2014, s. 25-28

»Næstekærlighed«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 106-108

Video: »Fortæl om Kristi lys«, »Lad os være mænd«, »Daytons ben«, »Mobning – stop det«

I hvilke situationer har andre vist kristuslignende kærlighed over for dig? Hvordan påvirkede det dig? Hvornår har du følt kristuslignende kærlighed? Hvordan kan du vise andre en kristuslignende kærlighed?

Hvilke muligheder har de unge mænd for at vise kristuslignende kærlighed? Hvorfor er det vigtigt, at de lærer, hvordan de kan elske andre, som Kristus gjorde?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvoorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at*

udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmedlem.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at tænke på ting fra sidste uges lektion, som de har anvendt, og tale om det i kvorummet eller i små grupper.
- Skriv på nogle stykker papir: »Jeg har følt størst kærlighed fra nogen, når \_\_\_\_\_.« Uddel disse papirstykker til de unge mænd, før klassen begynder, og bed de unge mænd om hver især at tænke på, hvordan de vil udfylde det tomme felt. Lad de unge mænd fortælle, hvad de er kommet frem til.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at udvikle kristuslignende kærlighed. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed et kvorumsmedlem om at læse Moro 7:45 højt for klassen. Bed de andre unge mænd om at følge med i deres skrifter og finde en af de egenskaber, der omtales deri, som de gerne vil udvikle. Bed dem hver især om at fortælle om den egenskab, som de valgte, og hvorfor de valgte den. Læs derpå vers 47-48 sammen, og bed de unge mænd om at lytte efter, hvad Moroni fortæller os, at vi skal gøre for at udvikle disse egenskaber. Hvordan kan disse egenskaber hjælpe dem til at blive bedre til at tjene i præstedømmet?
- Bed de unge mænd om at læse et af de følgende skriftsteder: Joh 15:9-13; 1 Joh 4:7-11; 1 Joh 4:18-21. Hvad lærer disse sammenligninger dem om kristuslignende kærlighed? Lad de unge mænd finde historier fra skriften, der illustrerer Frelserens kærlighed, og bed dem om at fortælle de andre om disse historier. De kunne også læse og drøfte beretninger fra præsident Thomas S. Monsons tale »Kærlighed – kernen i evangeliet«. Bed dem om at fortælle om situationer, hvor de eller nogen, de kender, blev velsignet ved, at nogen handlede med kristuslignende kærlighed.
- Bed de unge mænd læse Luk 10:25-29 og identificere spørgsmålene, som den lovkyndige stillede Frelseren. Forklar, at Frelseren som svar på disse spørgsmål fortalte lignelsen om den barmhjertige samaritaner. Bed flere af de unge mænd om at agere nogle af personerne fra lignelsen og lade dem opføre historien, mens I sammen læser den (v. 30-35). Stop op undervejs, og spørg dem, der forestiller

## Undervisningstip

»At lytte er et udtryk for kærlighed. Det kræver ofte ofre. Når vi virkelig lytter til andre, afstår vi ofte fra at sige det, som vi ønskede, så de kan komme til orde« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 66).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren underviste gennem sit eksempel. Han lærte sine disciple at bede ved at bede sammen med dem. Han lærte dem at undervise i sit evangelium gennem den måde, han underviste i det. Han lærte dem at elske og tjene gennem den måde, han elskede og tjente dem på. Du bliver en bedre lærer, når de unge mænd mærker din kristuslignende kærlighed til dem.

levitten, præsten og samaritaneren, hvorfor de mon handlede på den måde, som de gjorde, og drøft deres svar i kvorummet. Læs Frelserens befaling til den lovkyndige i vers 36-37, og lad de unge mænd fortælle om situationer, som de står i, der minder om den i lignelsen.

- Læs, se eller lyt sammen som kvorum til afsnit af præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »De barmhjertige skal møde barmhjertighed« eller ældste Dallin H. Oaks' tale Elsk og lev med forskelligheder«. Bed de unge mænd om at se efter råd, der vil hjælpe dem til at elske andre i vanskelige situationer. Bed de unge mænd om for sig selv at tænke på nogen i deres liv, som de måske har dårlige følelser for, og

tænke på, hvordan de kan vise større kristuslignende kærlighed over for den person.

- Vis en eller flere af de videoer, der er forslået i dette oplæg. Hvad lærer disse materialer de unge mænd om kristuslignende kærlighed? Hvordan adskiller budskaberne i videoerne sig fra det, som verden lærer os om, hvad det vil sige at være en mand? Bed de unge mænd om at fortælle om en oplevelse, hvor en persons tjeneste gjorde, at de følte Frelserens kærlighed. Hvad lærte de af denne oplevelse om Jesus Kristus? Bed de unge mænd om at tænke på nogen, som de kender, der måske har brug for at føle Herrens kærlighed. Hvad kan de gøre for at hjælpe denne person?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan udvikle kristuslignende kærlighed? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvordan han føler, at kristuslignende kærlighed er forbundet med at udføre tjeneste i præstedømmet.
- Opfordre de unge mænd til at handle ifølge de tilskyndelser, som de har fået i løbet af kvorumsmødet, til at udvikle kristuslignende kærlighed og forbedre deres forhold til hinanden.

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra Dieter F. Uchtdorf, »De barmhjertige skal møde barmhjertighed«, Liahona, maj 2012, s. 70-77

## Summa summarum

Dette emne om at dømme hinanden kan rent faktisk sammenfattes i en prædiken på to ord. Når det handler om at hade, sladre, ignorere, latterliggøre, bære nag eller ønske at gøre nogen fortræd, så gør følgende:

Hold op!

Så enkelt er det. Vi er ganske enkelt nødt til at holde op med at dømme hinanden og erstatte fordømmende tanker og følelser med et hjerte fyldt med kærlighed til Gud og hans børn. Gud er vor Fader. Vi er hans børn. Vi er alle brødre og søstre. Jeg ved ikke, hvordan man præcist udtrykker dette med *ikke at dømme hinanden* med tilstrækkelig veltalende indlevelse og overtalelse til, at det bider sig fast. Jeg kan citere skriften, jeg kan forsøge at udlægge læren, og jeg vil endog citere et klistermærke, jeg for nylig så. Det sad bag på en bil, hvor føreren virkede til at være lidt rå i kanten, men ordene rummede en visdom. Der stod: »Døm mig ikke, fordi jeg synder anderledes, end du gør.«

Vi må indse, at vi alle er ufuldkomne – vi er alle betlere for Gud. Har vi ikke alle på et eller andet tidspunkt, ydmygt nærmet os kilden til al barmhjertighed og tryglet om nåde? Har vi ikke alle af vores sjæls inderste ønsket nåde – at blive tilgivet for de fejl, vi har gjort, og de synder, vi har begået?

Eftersom vi alle er afhængige af Guds nåde, hvordan kan vi så nægte andre nogen grad af den nåde, vi selv så desperat higer efter? Mine elskede brødre og søstre, bør vi ikke tilgive, som vi ønsker at blive tilgivet?

## Guds kærlighed

Er dette svært at gøre?

Ja, selvfølgelig.

Det er ikke let at tilgive sig selv eller andre. Rent faktisk kræver det for de fleste af os en større ændring i vores indstilling og måde at tænke på – endog en forandring i hjertet. Men der er gode nyheder. Denne »mægtige forandring« (Mosi 5:2) i hjertet er præcis det, Jesu Kristi evangelium er udformet til at tilvejebringe i vores liv.

Hvordan opnås den? Gennem Guds kærlighed.

Når vores hjerte er fyldt med Guds kærlighed, sker der noget godt og rent med os. Vi »holder hans bud; og hans bud er ikke svære. For alt, hvad der er født af Gud, overvinder verden« (1 Joh 5:3-4).

Jo, mere vi lader Guds kærlighed styre vores sind og følelser – jo, mere vi lader vores kærlighed til vor himmelske Fader svulme i hjertet – jo lettere bliver det at elske andre med Kristi rene kærlighed. Når vi åbner vores hjerte for Guds kærligheds varmen daggyr, vil fjendtlighedens og misundelsens mørke og kulde til sidst svinde bort.

Som altid er Kristus vores pragteksempel. Han viste os vejen i sin lære og levevis. Han tilgav den ugudelige, den vulgære og de, som søgte at såre og skade ham . . .

Kristi rene kærlighed kan fjerne foragten og vreden bjælke fra vore øjne og gøre, at vi kan se andre, som vor himmelske Fader ser os: Som anløbne og ufuldkomne dødelige væsener med et potentiale og et værd, der ligger udover vores fatteevne. Fordi Gud elsker os så meget, må vi også elske og tilgive hinanden.





## Hvordan kan jeg lære at være mere tålmodig?

Tålmodighed er evnen til at udholde forsinkelser, problemer, modgang eller lidelse uden at blive vred, frustreret eller bange. Vi kan udvikle tålmodighed ved at søge at gøre Guds vilje og anerkende hans tidsplan, idet vi stoler på, at han vil holde alle sine løfter til os. Når vi lærer at være tålmodige i det små, så forbereder vi os til at håndtere større fristelser med tålmodighed.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studer bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du dig inspireret til at formidle til de unge mænd?*

Job 1; 19:25-26 (Historien om Job)

Sl 37:7-9; Luk 21:19; Hebr 10:35-36;  
Mosi 23:21-22; Alma 26:27; L&P 24:8  
(Velsignelser kommer til dem, der er tålmodige)

Rom 5:3; Jak 1:3 (Tålmodighed styrkes af prøvelser)

Dieter F. Uchtdorf, »Fortsæt i tålmodighed«, *Liahona*, maj 2010, s. 56-59; se også videoen »Fortsæt i tålmodighed«.

Robert C. Oaks, »Tålmodighedens kraft«, *Liahona*, nov. 2006, s. 15-17

Hvilke oplevelser har lært dig om tålmodighed (herunder både store prøvelser og mindre dramatiske oplevelser)? Hvad har hjulpet dig til at udvikle tålmodighed? Hvordan har tålmodighed været til velsignelse for dig?

Hvilke påvirkninger oplever de unge mænd i vor tids samfund, der kan få dem til at blive utålmodige? Hvad har de unge mænd brug for at forstå om egenskaben tålmodighed? Hvordan vil det kunne hjælpe dem fremover?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om på tavlen hver især at skrive én sætning, der opsummerer det, de lærte i sidste uges lektion.
- Skriv denne lektions titel på tavlen, og læs afsnittet fra begyndelsen af dette oplæg. Bed de unge mænd om at fortælle om mulige situationer, hvor de får brug for tålmodighed (såsom uddannelse, ægteskab eller beskæftigelse). Vis flere genstande, der repræsenterer tidspunkter i dit liv, hvor du skulle udvise tålmodighed (for eksempel et eksamensbevis, en vielsesring eller et missionærskilt). Bed dem om at gætte, hvad genstandene har at gøre med tålmodighed, og fortæl derpå om dine oplevelser med dem.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe koorumsmedlemmerne til at forstå betydningen af tålmodighed. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit koorum:

- Skriv overskrifterne »Tålmodighed« og »Utålmodighed« på tavlen. Tildel hver af de unge mænd et af de skriftsteder om tålmodighed, der er foreslået i dette oplæg. Lad de unge mænd skiftes til at læse deres skriftsted, drøfte hvad det belærer om og på tavlen skrive velsignelserne ved tålmodighed eller konsekvenserne ved utålmodighed. Hvilke yderligere velsignelser og konsekvenser kan de føje til listen? Lad de unge mænd på et stykke papir skrive om situationer, der vil kræve tålmodighed (tilskynd dem til ikke blot at tale om store traumer, men også dagligdagens irritationsmomenter og ubekvemmeligheder). Lad dem bytte papir med en anden ung mand, og skrive et svar, som viser tålmodighed, og derpå fortælle kvorummet, hvad de har skrevet.
- Fortæl historien om en fars tålmodighed fra ældste Robert C. Oaks' tale »Tålmodighedens kraft«, og bed de unge mænd om at fortælle de historier om tålmodighed, som de kender. Giv hver af de unge mænd et lille afsnit af denne tale, som du føler vil være relevant. Lad dem læse og opsummere det for klassen. Hvad lærer de unge mænd af denne tale, som inspirerer dem til at stole på Herren og hans tidsplan? Hvilke årsager er der til, at vi er utålmodige? Hvordan kan vi overvinde denne tilbøjelighed?
- Vis de unge mænd nogle af plakaterne for unge fra de seneste par numre af *Liahona*. Del kvorummet op i mindre grupper, og lad dem lave deres egen plakat om emnet tålmodighed. De kan begynde med at finde

## Undervisningstip

»Du kan vise, at du lytter ved at vise interesse. Du kan se på den, der taler, i stedet for at se på stoffet til din lektion eller andre ting i lokalet. Du kan motivere den, der taler, til at gøre sine kommentarer færdig uden afbrydelser. Du kan undgå at bryde for tidligt ind i samtaler med råd eller meninger« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 66).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stillede spørgsmål, der førte til dybsindige tanker og følelser. Han var oprigtigt interesseret i deres svar og glædede sig over deres udtryk for tro. Han gav dem mulighed for at stille deres egne spørgsmål, og han lyttede til deres oplevelser. Hvilke spørgsmål kan du stille, som vil hjælpe de unge mænd til at udvikle dybe følelser? Hvordan kan du i løbet af lektionen vise, at du er interesseret i deres svar?

et skriftsted om tålmodighed (såsom de, der er nævnt i dette oplæg) og finde på en kreativ måde at bruge det på plakaten. Bed dem om at vise kvorummet deres plakat og forklare, hvad tålmodighed betyder for dem. (Som led i denne drøftelse kan du eventuelt gengive definitionen på tålmodighed, som findes i begyndelsen af dette oplæg).

- Vis videoen »Fortsæt i tålmodighed« og lad de unge mænd tale om, hvad de lærte af marshmallow-eksperimentet. I hvilke situationer bliver de unge mænd utålmodige? Lad de unge mænd hver især læse et afsnit fra præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »Fortsæt i tålmodighed«, og bed dem om at sammenfatte over for resten af kvorummet, hvad de lærte af det afsnit, som de læste. Hvordan kan præsident Uchtdorfs råd hjælpe de unge mænd til at blive mere tålmodige?

- Bed et kvorumsmedlem om at genfortælle historien om Job (se Job 1). Hvorfor tror de unge mænd, at Job var i stand til at udholde sine prøvelser med så stor tålmodighed? Hvordan hjalp hans tro på Frelseren ham (se Job 19:25-26)? Bed kvorummet om at foreslå konkrete ting, som de kan gøre for at overvinde utålmodighed – både i stor modgang, såsom dem som Job stod over for, og i mindre, daglige prøvelser.

- Læs sammen i kvorummet afsnit 9 til 17 fra ældste Robert D. Hales' tale »Vent på Herren: Din vilje ske«, og find svar på spørgsmålet: »Hvad vil det sige at vente på Herren?« Hjælp de unge mænd til at lære mere ved bede dem om at slå op på de skriftsteder, som ældste Hales citerer, og fortælle, hvad disse skriftsteder ellers forklarer om tålmodighed. Hvordan kan de unge mænd bruge ældste Hales' ord eller disse skriftsteder til at hjælpe nogen, der er ved at miste håbet?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de vigtigheden af taknemlighed? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle om sine tanker omkring tålmodighed, og opfordre kvorumsmedlemmerne til at udvise mere tålmodighed med deres familie i den kommende uge.
- Opfordre de andre kvorumsmedlemmerne til at stille et skriftsted eller en udtalelse om tålmodighed (eller den plakat, de lavede) frem på et sted, hvor det minder dem om at være tålmodig.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Robert D. Hales, »Vent på Herren: Din vilje ske«, Liahona, nov. 2011, s. 71-74*

Hvad betyder det så at vente på Herren? I skriften betyder ordet *vente* at håbe, imødesee og stole på. At håbe og stole på Herren kræver tro, tålmodighed, ydmyghed, sagtomdighed, langmodighed, at holde budene og holde ud til enden.

At vente på Herren betyder at så et troens frø og pleje det »med stor flid og . . . tålmodighed« (Alma 32:41).

Det betyder at bede, som Frelseren gjorde – til Gud, vor himmelske Fader – og sige: »komme dit rige, ske din vilje« (Matt 6:10; Luk 11:2). Det er en bøn, som vi opsender af hele vores sjæl i vor Frelser, Jesu Kristi navn.

At vente på Herren betyder at granske i hjertet og »modtage Helligånden«, så vi kan vide »alt det, [vi] skal gøre« (2 Ne 32:5).

Når vi følger Åndens tilskyndelser, opdager vi, »at trængslen skaber udholdenhed« (Rom 5:3), og vi lærer at fortsætte »i tålmodighed, indtil [vi] bliver gjort fuldkomne« (L&P 67:13).

At vente på Herren betyder at »stå fast i troen« (Alma 45:17) og trænge sig frem i tro med »et fuldkomment klart håb« (2 Ne 31:20).

Det betyder, at man alene stoler »på Kristi fortjenester« (Moro 6:4) og med hans »nådes bistand [at kunne sige]: Din vilje ske, o Herre, og ikke vor« (L&P 109:44).

Når vi venter på Herren, står vi »urokkelige i at holde Guds befalinger« (Alma 1:25), idet vi ved, at vi »en dag skal hvile fra alle [vore] trængsler« (Alma 34:41).

Og vi kaster ikke vores »frimodighed bort« (Hebr 10:35), men stoler på, at »alt det, hvormed [vi] er blevet plaget, skal virke sammen til gavn for [os]« (L&P 98:3).



OKTOBER: BLIV MERE KRISTUSLIGNENDE

## Hvorfor er det vigtigt at være taknemlig?

Herren ønsker, at vi er taknemlige i alt, hvad vi gør og siger. Når vi er taknemlige, vil vi være lykkeligere og mere tilfredse. Vi vil opdage Herrens påvirkning og velsignelser.

Hvad er du mest taknemlig for? Hvordan har det gjort dig lykkeligere at være taknemlig?

Hvad kan de unge mænd gøre for at udvikle en taknemlig holdning? Hvordan kan det at have en taknemlig holdning være en velsignelse for dem nu og i fremtiden?

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeskilder. Hvad tror du vil hjælpe de unge mænd til at styrke deres familie?*

Luk 17:11-19 (Jesus Kristus helbreder ti spedalske, og en vender tilbage for at takke ham)

Mosi 2:20-24 (Kong Benjamin forklarer, hvorfor vi skal prise og takke Herren)

L&P 59:7, 15-21 (Vi bør sige tak i alle forhold)

Thomas S. Monson, »Taknemlighed – den guddommelige gave«, *Liahona*, nov. 2010, s. 87-90

Dieter F. Uchtdorf, »Taknemlig i alle forhold«, *Liahona*, maj 2014, s. 70-77

Russell M. Nelson, »Tak Gud«, *Liahona*, maj 2012, s. 77-79; se også videoen »Sig tak«

»Taknemlighed«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 18

»O store Gud«, *Salmer og sange*, nr. 39; »Kastes du på bølgen om«, *Salmer og sange*, nr. 161

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed en ung mand om at tegne et billede på tavlen, der minder ham om noget, han lærte sidste uge.
- Tildel hver af de unge mænd et bogstav fra alfabetet, og giv dem et minut til at nedskrive alle de velsignelser, de kan komme i tanke om, som begynder med deres bogstav. Hvorfor overser vi til tider de tilsyneladende små velsignelser, som Herren har givet os? Bed et kvorumsmedlem om at læse Lære og Pagter 46:32 eller 59:21. Hvordan kan vi vise større taknemlighed for »hvilken som helst velsignelse, [vi] bliver velsignet med«?

---

## Lær sammen

Alle nedenstående aktiviteter vil hjælpe kvorumsmedlemmer til at forstå vigtigheden af taknemlighed. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit korum:

- Bed de unge mænd om at læse Luk 17:11-19 og fortælle, hvorfor de tror, at ni ud af de ti spedalske ikke takkede Frelseren. Hvad kan afholde os fra at udtrykke taknemlighed? Lad de unge mænd tænke over en velsignelse, de har modtaget, som de måske ikke har udtrykt tilstrækkelig taknemlighed for. Hvorfor er det vigtigt at udtrykke taknemlighed? Hvad vil de gøre for at vise taknemlighed?
- Læs eller fortæl historien om fiskene fra ældste Russell M. Nelsons tale »Tak Gud«. Spørg de unge mænd, om de nogensinde har hjulpet nogen (ligesom opsynsmanden fra historien) uden at modtage tak. Del resten af talen op efter overskrifterne, og tildel et afsnit til hver af de unge mænd. Bed de unge mænd om at nedskrive noget, som de lærte om taknemlighed, og et skriftsted, der har relation til det, de lærte (du kan foreslå, at de kan benytte Guide til Skrifterne). Lad de unge mænd fortælle, hvad de skrev ned, og fortælle om en situation, hvor de var taknemlige for en af Guds gaver.
- Læs eller fortæl historien om Gordon Greens familie fra præsident Thomas S. Monsons tale »Taknemlighed – den guddommelige gave«. Bed de unge mænd om at lytte efter, hvad der fik familien til at føle sig taknemlig. Hvorfor ændrede familiens holdning sig i løbet af historien? Lad de unge mænd overveje og besvare spørgsmål som følgende: »Har jeg nogensinde haft en utaknemlig holdning?« »Har jeg modtaget nogle velsignelser, som jeg ikke bemærker?« »Hvorfor vil jeg blive velsignet for at have en taknemlig holdning?« Bed nogle få om at fortælle om deres overvejelser.

## Undervisningstip

»En dygtig lærer tænker ikke: ›Hvad skal jeg gøre i klassen i dag?‹ eller ›Hvad vil jeg undervise i i dag?‹ Han spørger: ›Hvad vil mine elever gøre i klassen i dag?‹ og ›Hvordan kan jeg hjælpe mine elever med at opdage det, som de har behov for at vide?« (Virginia H. Pearce i *Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 61).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren opfordrede mennesker til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. Han gav dem mulighed for at lære gennem berigende oplevelser. Hvad kan du gøre for at hjælpe de unge mænd til at se kraften af taknemlighed i deres tilværelse?

- Giv hvert medlem af kvorummet til opgave at studere et afsnit af præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »Taknemlig i alle forhold« uden at fortælle dem overskriften på deres afsnit. Bed dem om at skrive en overskrift – vending eller sætning, som opsummerer, hvad de har lært. Bed dem om at fortælle deres overskrifter og hvad de lærer af præsident Uchtdorfs råd om taknemlighed. Hvad kan de gøre for

at udvikle en indstilling af taknemlighed, som beskrevet af præsident Uchtdorf.

- Læs som kvorum skriftsteder og syng taksigelsessalmer, såsom de der er nævnt i dette oplæg. Lad de unge mænd se efter det, der bliver omtalt, som de også er taknemlige for og sæt pris på. Lad dem fortælle det, de fandt, forklare hvorfor de valgte det og udtrykke deres taknemlighed.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de vigtigheden af taknemlighed? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad han er taknemlig for, og opfordre de unge mænd til at takke vor himmelske Fader for noget, som de ikke har takket ham for før.
- Opfordre de unge mænd til hver dag at nedskrive et par ting, som de er taknemlige for.

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra Thomas S. Monson, »Taknemlighed – den guddommelige gave«, Liahona, nov. 2010, s. 87-90

Gordon fortæller, hvordan han voksede op på en farm i Canada, hvor han og hans søskende måtte skynde sig hjem fra skole, mens de andre børn spillede bold og tog ud at svømme. Deres far havde dog evnen til at lade dem forstå, at deres arbejde betød noget. Dette gjorde sig især gældende, når høsten var i hus og familien fejrede Thanksgiving, hvor deres far gav dem en gave. Han fik dem til at gøre status over alt, hvad de havde.

Om morgenen ved Thanksgiving førte han dem med ned i en kælder med tønder med æbler, kasser med roer, gulerødder i sand og sækkevis af kartofler så vel som ærter, majs, bønner, syltetøj, jordbær og anden konserves, som fyldte hylderne. Han fik børnene til at tælle alt nøje. Så gik de ud i laden og gættede på, hvor mange tons hø der var, og hvor mange skæpper korn der var i kornkammeret. De talte kørne, grisene, hønsene, kalkunerne og gæssene. Deres far sagde, at han ønskede at se, hvor godt det stod til, men de vidste, at det, han virkelig ønskede, var, at de på denne festdag skulle indse, hvor rigt Gud havde velsignet dem og deres arbejdsindsats. Da de endelig satte sig ned ved det festmåltid, som deres mor havde tilberedt, var velsignelserne til at føle på.

Gordon sagde dog, at den Thanksgiving, han mindedes med størst taknemlighed, var det år, hvor der ikke syntes at være meget at være taknemlig for.

Året begyndte godt: De havde stadig hø, masser af såsæd, fire kuld grise . . .

Lige da deres afgrøder var begyndt at pible op gennem jorden, satte regnen ind. Da regnen endelig stoppede, var der ikke en plante tilbage. De

plantede igen, men regnen kom igen og slog planterne mod jorden. Deres kartofler rådned i mudderet. De solgte et par køer og alle grisene og andre husdyr, som de havde tænkt sig at beholde, alt for billigt, for alle andre var også tvunget til at sælge. Alt, hvad de høstede det år, var en stykke med majroer, som forunderligt nok havde klaret uvejret.

Så blev det atter Thanksgiving. Deres mor sagde: »Måske skal vi bare glemme det i år. Vi har end ikke en gås tilbage.«

Om morgenen troppede Gordons far dog op med en præriehare, som han bad sin hustru om at tilberede. Modstræbende begyndte hun på det og påpegede, at det ville tage lang tid at koge det tørre, gamle kræ. Da den endelig blev stillet på bordet med nogle af de majroer, som havde overlevet, nægtede børnene at spise. Gordons mor græd, og så gjorde hans far en usædvanlig ting. Han gik op på loftet og fandt en olielampe, som han tog med tilbage til bordet og tændte. Han bad børnene om at slukke det elektriske lys. Da der kun var den ene lampe tændt, havde de svært ved at tro, at der nogen sinde havde været så mørkt før. De fattede ikke, at de havde været i stand til at se noget som helst uden det klare elektriske lys.

Så blev maden velsignet, og alle spiste. Da måltidet var forbi, sad de alle stille. Som Gordon skrev:

»I den gamle lampes svage skær, så vi klart igen . . .

Det var et skønt måltid. Prærieharen smagte som kalkun, og majroerne var de bedste, vi havde smagt . . .

vores hjem . . . var trods alt, hvad der fattedes, rigt for os« (tilpasset fra H. Gordon Green, »The Thanksgiving I Don't Forget«, *Reader's Digest*, nov. 1956, s. 69-71).





# November: Åndelig og timelig selvhjulpenhed

»For i sig har de den kraft, hvorved de kan handle på egne vegne« (L&P 58:28).

Oplæggene denne måned vil hjælpe bærere af Det Aronske Præstedømme til at forstå betydningen af at blive åndeligt og timeligt selvhjulpen. Selvom de stadig er unge, så er disse mænd blevet velsignet med handlefrihedens gave, og de er ved at lære, hvordan de skal udstikke deres egen kurs og finde svarene på deres problemer i Jesu Kristi evangelium. Jo mere selvhjulpne de bliver, jo mere frihed vil de have. De vil i højere grad være forberedt til at højne deres kaldelser i præstedømmet, styrke deres familie og forberede sig til deres kommende rolle som ægtemand og far.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvorfor er det vigtigt at få en uddannelse og udvikle færdigheder? (Pligt mod Gud)*

*Hvad vil det sige at være selvhjulpen?*

*Hvordan ved jeg, om jeg er ved at blive omvendt?*

*Hvorfor er arbejde et vigtigt evangelisk princip?*

*Hvorfor ønsker Herren, at jeg er sund?*

*Hvordan viser Herren omsorg for de fattige og trængende?*

*Hvordan kan jeg finde løsninger på mine udfordringer og problemer?*

---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvalg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68

»Uddannelse«, s. 55-59





## PLIGT MOD GUD

# Hvorfor er det vigtigt at få en uddannelse og udvikle færdigheder?

Uddannelse er en vigtig del af vor himmelske Faders plan for at hjælpe os til at blive mere som han. Når vi bliver uddannet, så får vi en forståelse og nogle evner, der vil hjælpe os til at udvikle selvhjulpethed, forsøge vores kommende familie og i højere grad tjene i Kirken og i verden.

Hvordan har din uddannelse hjulpet til at forberede dig til udfordringerne i dit liv? Hvilken viden, uddannelse og færdigheder har været nyttigst for din familie og dig? Hvad ønsker du stadig at lære?

Hvilken holdning har de unge mænd til uddannelse og læring? Hvordan vil en uddannelse være til velsignelse for dem nu og i deres kommende ansvarsområder?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpelærere. Hvad vil hjælpe de unge mænd til at forstå betydningen af uddannelse?*

2 Ne 9:29 (Det er godt at være lærd, hvis man lytter til Guds råd)

L&P 88:76-80 (Vi skal lære og undervise om det åndelige og det timelige)

L&P 88:118 (Lær ved studium og ved tro)

L&P 90:15 (Vi bør blive bekendt med alle gode bøger, sprog, tungemål og folk)

L&P 130:18-19 (Den intelligens, vi opnår i dette liv, opstår sammen med os i opstandelsen)

D. Todd Christofferson, »Brødre, vi har et arbejde at udføre«, *Liahona*, nov. 2012, s. 47-50

»Uddannelse«, *Udførelse af min pligt mod Gud*, 2010, s. 55-59

»Uddannelse«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 9-10

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Lad de unge mænd fortælle om oplevelser, som de har haft ved at anvende det, de har lært i den foregående uges lektion (de kan for eksempel fortælle, hvad de har gjort for at udføre den plan, som de har lagt i deres *Pligt mod Gud*-hæfte).
- Bed de unge mænd om at forestille sig, at en af deres venner fortæller dem, at han vil gå ud af skolen. Hvordan vil de unge mænd tilskynde deres ven til stadigvæk at opnå en uddannelse? Bed eleverne om at skrive deres svar på et stykke papir. Saml papirerne sammen, og læs og drøft svarene med klassen. Giv i slutningen af klassen de unge mænd mulighed for at supplere deres besvarelser ud fra det, som de har lært i lektionen.

---

## Lær sammen

### Pligt mod Gud planer

Afsæt i slutningen af kvoorumsmødet tid til, at de unge mænd kan lægge planer i deres *Pligt mod Gud*-hæfter. Disse planer er personlige, men kvoorumsmedlemmerne kan hjælpe hinanden med at komme med forslag til disse planer.

Formålet med denne lektion er at hjælpe de unge mænd til at lægge planer for at få en uddannelse eller udvikle færdigheder, der kan forberede dem til at forsørge deres kommende familie. Som et led i denne lektion bør kvoorumsmedlemmerne begynde at planlægge et projekt under »Uddannelse« i deres *Pligt mod Gud*-hæfte. Bed på forhånd de unge mænd om at tage deres *Pligt mod Gud*-hæfte med i kirke. Bed dem ved et kommende kvoorumsmøde om at fortælle om de oplevelser, de har haft, når de har arbejdet på deres projekt.

- Lad de unge mænd læse Lære og Pagter 88:77-80, 118 og »Uddannelse« i *Tilstyrke for de unge*. Bed dem om at finde ud af, (a) hvad Herren ønsker, at de skal lære, (b) hvorfor han ønsker, at de skal lære, og (c) hvordan han ønsker, at deres tilgang til læring skal være (se *Pligt mod Gud*, s. 55). Bed de unge mænd om at slå op på s. 56-58 i *Pligt mod Gud* og lave et projekt, hvor de anvender det, som de har lært om at få en uddannelse. Planlæg i kvoorummet en GUF aktivitet, hvor de unge mænd kan få en forståelse af vigtigheden af at få en uddannelse.
- Bed hvert kvoorumsmedlem om at læse et af skriftstederne fra dette oplæg og finde ud af, hvad de lærer af skriftstedet om at få viden og uddannelse. Bed de unge mænd om at fortælle et andet kvoorumsmedlem, hvad de lærte. Bed de unge mænd om hver især på tavlen at skrive forskellige karrierer, som de overvejer. Hvad lærer de af disse skriftsteder, som kan hjælpe dem, når de forbereder sig til disse karrierer?
- Læs sammen i kvoorummet »Familien: En proklamation til verden«, og se efter ord og begreber, der beskriver ægtemænd og fædres rolle (proklamationen findes på s. 107 i *Pligt mod Gud*). Bed dem om på tavlen at skrive deres svar på følgende spørgsmål:

(a) Hvad er forbindelsen mellem at få en uddannelse og at være i stand til at udføre jeres rolle som ægtemand og far? (b) Hvordan ændrer forståelsen af disse roller jeres planer for jeres karriere? (c) Hvad kan I gøre nu for at forberede jer til en karriere? Bed de unge mænd om at slå op på *Pligt mod Gud*, s. 56-58 og lave et projekt, hvor de har mulighed for at undersøge fremtidige karrieremuligheder. Planlæg i kvorummet GUF aktiviteter, hvor de unge mænd kan få undersøgt fremtidige karrieremuligheder.

- Inviter med biskoppens tilladelse fædre til nogle af kvorumsmedlemmerne og bed dem om at fortælle,

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de, hvorfor uddannelse er vigtig? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Opfordre de unge mænd til at lave en liste over, hvad de kan gøre for at have større fremgang i skolen og prøve at gøre dette i løbet af ugen.
- Udfordre de unge mænd til at begynde at spare penge op til en mission og deres kommende uddannelse.
- Opfordre kvorumsmedlemmerne til i deres personlige skriftstudium at studere de skriftsteder om uddannelse, som er nævnt i dette oplæg, og ved et kommende kvorumsmøde fortælle, hvad de lærte.

hvordan de fik en uddannelse eller lærte en færdighed, så de kunne forsørge deres familie. Hvilke ofre måtte de yde? Hvad gjorde de for at få det til at lykkes? Hvad ville de ønske, at de havde gjort anderledes?

- Bed de unge mænd om hver især at læse afsnit 6-8 i ældste D. Todd Christoffersons tale »Brødre, vi har et arbejde at udføre«. Lad de unge mænd fortælle resten af kvorummet, hvad de lærer om vigtigheden af at få en uddannelse. Hvordan vil de beslutninger, som de nu træffer vedrørende uddannelse påvirke deres muligheder fremover?

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren kendte dem, han underviste. Han anvendte ekstraordinære måder, hvorpå han kunne hjælpe dem til at lære og udvikle sig. På hvilke ekstraordinære måder kan du hjælpe de unge mænd til hver især at forstå betydningen af uddannelse?



## Hvad vil det sige at være selvhjulpne?

Når vi er selvhjulpne, kan vi bruge de velsignelser og evner, som Gud har givet os, til at tage os af os selv og vores familie og finde løsninger på vore egne problemer. Når vi bliver selvhjulpne, er vi også bedre i stand til at tjene og drage omsorg for andre. Herren ønsker, at vi bliver både åndeligt og timeligt selvhjulpne.

---

### Forbered dig åndeligt

*Når du studerer disse skriftsteder og andre hjælpeklider, så søg Helligåndens vejledning for at vide, hvordan du skal undervise de unge mænd om vigtigheden af at blive selvhjulpne.*

Matt 25:1-13 (Lignelsen om de ti brudepiger)

Luk 2:52 (Jesus gik frem i visdom og vækst og yndest hos Gud og mennesker)

1 Tim 5:8 (Mennesket skal sørge for sig selv)

L&P 83:2, 4 (Kvinder har krav på forsørgelse fra deres mænd; børn har krav på forsørgelse fra deres forældre)

Henry B. Eyring, »Åndelig beredthed: Begynd tidligt og vær trofast«, *Liahona*, nov. 2005, s. 37-40

Robert D. Hales, »Vær fremsynede forsørgere timeligt og åndeligt«, *Liahona*, maj 2009, s. 7-10; se også videoen »Bliv fornuftige forsørgere«

»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129

»Bliv selvhjulpne«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 167-168

»Selvhjulpnehed«, *Håndbog 2: Forvaltning af Kirken*, 2010, 6.1.1

Robert D. Hales, »Mød udfordringerne i verden i dag«, *Liahona*, nov. 2015, s. 44-47

Hvad betyder selvhjulpnehed for dig? Hvordan har selvhjulpnehed velsignet dig og din familie?

Hvorfor har de unge mænd brug for at lære selvhjulpnehed? Hvilken påvirkning kan afholde dem fra at blive mere selvhjulpne? Hvordan vil selvhjulpnehed hjælpe dem til at holde ud i modgang? Hvordan vil det være til velsignelse for deres fremtidige familie?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes koorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorumsmedlem.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle, undervise og vidne om oplevelser, de har haft ved at anvende det, de har lært i den foregående uges lektion.
- Skriv »Selvhjulpnehed« på tavlen, og spørg de unge mænd, hvad de tror, det vil sige at være selvhjulpne. Giv dem tid til at overveje det og svare.

Læs sammen i kvorummet »Bliv selvhjulpne« på s. 167-168 i *Tro mod sandheden*. Hvad vil de føje til deres definition af selvhjulpnehed efter at have læst dette? Spørg de unge mænd, hvad de kan gøre nu for at forberede sig til at blive selvhjulpne, når de bor alene, og når de bliver ægtemænd og fædre.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære om selvhjulpnehed. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Del de unge mænd op i grupper og giv hver gruppe en af de følgende aspekter af selvhjulpnehed: Uddannelse, økonomi, forhold og åndelig styrke. Bed hver gruppe om at gennemgå de afsnit i ældste Robert D. Hales' tale *Mød udfordringerne i verden i dag*, som taler om disse emner. Bed de unge mænd om at fortælle om det, de har lært, og om noget, som de vil gøre for at blive mere selvhjulpne indenfor et af disse områder.
- Bed på forhånd et eller flere kvorumsmedlemmer om at forberede sig til at undervise i, hvordan hærføreren Moroni beredte sin hær til at kæmpe mod lamanitterne (se Alma 46-49). Det kan være både den fysiske forberedelse (se Alma 43:18-21, 37-39; 48:8-9) og den åndelige forberedelse (se Alma 46:11-21, 48:7, 11-13). Hvilken forskel gjorde denne forberedelse,

da nefitterne forsvarede deres liv, frihed og familie? Hvad lærer de unge mænd om selvhjulpnehed af dette eksempel? Hvad kan de unge mænd gøre nu for at forberede sig til de udfordringer, som de kommer til at stå over for?

- Skriv ordet »Afhængig« på den venstre side af tavlen og ordet »selvhjulpne« på den højre. Bed de unge mænd om at komme med definitioner af begge ord (hvis de har brug for hjælp, så henvis dem til s. 166-168 i *Tro mod sandheden*). Bed dem om at nævne punkter, hvor de er afhængige af andre, og hvor de er selvhjulpne. Hvorfor ønsker Herren, at vi bliver selvhjulpne? Vis videoen »Bliv fornuftige forsørgere« (eller bed de unge mænd om at læse denne beretning i ældste Robert D. Hales' tale, »Vær fremsynede forsørgere timeligt

## Undervisningstip

»Virkelig fremragende lærere påtager sig ikke æren for deres elevers tilegnelse af lærdom og udvikling. Ligesom gartnerne, der planter og passer afgrøder, stræber de efter at skabe de bedst mulige forhold for at lære. Dernæst takker de Gud, når de ser fremgang hos dem, som de underviser« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 62).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stolede på sine disciple, og han forbedte dem og gav dem vigtige opgaver med at undervise, velsigne og tjene andre. Hans formål var at hjælpe dem til at blive omvendt og udvikle sig gennem deres tjeneste overfor andre. Hjælp de unge mænd til at indse, at deres lydighed og tjeneste vil hjælpe dem til at blive selvhjulpne.

og åndeligt«). Bed de unge mænd om at finde frem til, hvad ældste Hales lærer os om, hvordan vi bliver selvhjulpne, og skriv deres svar på tavlen. Spørg de unge mænd, hvilke vaner og mønstre, de skal skabe nu for at kunne forsørge deres kommende familie. Hvilken opførsel skal de undgå? Du kan bede dem om at læse tredje afsnit af ældste Hales' tale som led i denne drøftelse.

- Del de unge mænd op parvis eller i mindre grupper. Tildel hver gruppe et skriftsted om selvhjulpnehed såsom de, der er foreslået i dette oplæg. Lad de unge mænd læse deres skriftsted og derpå lave en plakat for unge, der omhandler selvhjulpnehed. Du kan eventuelt vise et eksempel på en plakat for unge fra *Liahona*. Lad de

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de så stor en forståelse af selvhjulpnehed, at de ville kunne forklare andre om det? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

unge mænd få mulighed for at vise kvorummet deres plakat.

- Spørg de unge mænd, hvad de og deres familie kan gøre for at forberede sig til en naturkatastrofe (såsom en oversvømmelse eller en orkan). Læs sammen i klassen de første tre afsnit af præsident Henry B. Eyrings tale »Åndelig beredthed: Begynd tidligt og vær udholdende« eller udfordringer kan vi komme til at stå over for? Hvad kan vi gøre for at forberede os åndeligt til disse udfordringer? Giv de unge mænd hver et stykke af den resterende del af præsident Eyrings tale, og bed dem om at lede efter svarene på disse spørgsmål. Bed dem fortælle, hvad de har fundet frem til.

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd for kvorummet om vigtigheden af at blive selvhjulpne, og hvad han er blevet tilskyndet til at gøre på grund af denne lektion.
- Udfordre de unge mænd i kvorummet til at handle ifølge de tilskyndelser til at blive mere selvhjulpne, som de har fået i løbet af kvorumsmødet.

# Udvalgte materialer

---

»Velfærd«, Tro mod sandheden, 2005, s. 166-168

Ansvar for din sociale, følelsesmæssige, åndelige, fysiske og økonomiske velfærd hviler først og fremmest på dig selv, dernæst på din familie og for det tredje på Kirken. Du bør ved Herrens inspiration og gennem dit eget arbejde sørge for dig selv og din familie og sørge for de åndelige og timelige nødvendigheder i livet.

Du vil også være bedre i stand til at tage dig af dig selv og din familie, når du er uafhængig. Du vil da være rede til at holde ud i tider med modgang uden at blive afhængig af andre.

Du kan blive selvhjulpnen ved (1) at gøre brug af uddannelsesmulighederne; (2) at gøre brug af sunde principper for næring og hygiejne; (3) at forberede

dig til og få passende ansættelse; (4) at opbevare et forråd af mad og tøj i det omfang loven tillader; (5) at styre dine ressourcer klogt, herunder betale tiende og offerydelser og undgå gæld og ved (6) at udvikle åndelig, følelsesmæssig og social styrke.

Du må for at blive uafhængig være villig til at arbejde. Herren har befalet os at arbejde (se 1 Mos 3:19; L&P 42:42). Ærligt arbejde er en grundlæggende kilde til lykke, selvværd og fremgang.

Hvis du nogen sinde midlertidigt ikke er i stand til at klare dine grundlæggende behov ved din egen indsats eller ved familiens hjælp, kan Kirken hjælpe dig. I disse situationer tilvejebringer Kirken ofte livsnødvendige ressourcer for at hjælpe dig og din familie med at blive uafhængig igen.



## Hvordan ved jeg, om jeg er ved at blive omvendt?

Omvendelse er en livslang proces i bestræbelsen på at blive mere lig Kristus gennem Jesu Kristi forsoning. Det indebærer ikke alene en ændring af vores adfærd, men også i vore ønsker, indstilling og selve naturen. Det er en så afgørende forandring, at Herren og hans profeter omtaler det som en genfødsel, en forandring af hjertet og en ilddåb (se Mosi 27:25; Alma 5:14). Vi kan vide, at vi er omvendt til Herren, når vi mister lysten til at begå synd, når vi fyldes med kærlighed og når vi ønsker at fortælle andre om evangeliet.

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og andre hjælpemidler vil hjælpe koorummets medlemmer til at få øje på udviklingen forbundet med omvendelse til herren?*

En 1:1-19, 26-27; Mosi 5:1-5; 27:23-37; Alma 23:6-7; Hel 3:35; 4 Ne 1:1-4, 15 (Eksempler på omvendelse)

Bonnie L. Oscarson, »Tror jeg?«, *ZLiahona*, maj 2016, s. 87-89

David A. Bednar, »Omvendt til Herren«, *Liahona*, nov. 2012, s. 106-109

Donald L. Hallstrom, »Hvilken slags mænd?«, *Liahona*, maj 2014, s. 53-55

Bonnie L. Oscarson, »Omvend jer«, *Liahona*, nov. 2013, s. 76-78

»Omvendelse«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 111-115

Videoer: »Venter på vores vej til Damaskus«

Hvilke oplevelser har styrket din omvendelse? Hvilke ændringer har du mærket hos dig selv, når du har stræbt efter at efterleve befalingerne?

Hvilket bevis ser du på, at de unge mænd er ved at blive omvendte? Hvad har de brug for at lære om omvendelse?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes korum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle noget, de husker fra sidste uges lektion. Hvorfor kunne de huske dette?
- Bed de unge mænd om at lave en liste over ting, som gennemgår en forvandling over tid (som et frø, som forvandles til et træ, eller en haletudse, som forvandles til en frø). Hvordan kan de bruge dem til at undervise andre om omvendelse?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære om omvendelse og genkende beviset for deres egen omvendelse. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed nogle dage i forvejen et kvorumsmedlem om at komme forberedt til kvorumsmødet på at genfortælle den oplevelse, som Michele Carne-secca havde, da hendes søn Ethan var meget syg. Den står i søster Bonnie L. Oscarsons tale «Tror jeg?» Du kan eventuelt skrive spørgsmålet »Tror jeg på det eller ej?» på tavlen. Bed de unge mænd om at overveje dette spørgsmål, mens kvorummet læser søster Oscarsons beskrivelse af det, vi tror på. Giv ved afslutningen af kvorumsmødet de unge mænd mulighed for at bære vidnesbyrd om de evangeliske lærdomme, der står i denne tale, som de tror på. Hvordan er de selv kommet til at tro på dette?
- Skriv ordet *omvendelse* på tavlen og bed de unge mænd om at kigge efter ord og begreber i Mosi 27:25–26, som hjælper dem til at forstå, hvad omvendelse er. Lad dem fortælle, hvad de har lært om omvendelse ud fra disse ord og begreber.
- Bed de unge mænd vælge en af talerne, der er nævnt i dette oplæg, læse en del af talen og bruge oplysninger fra talen til at lave plakater, som vil besvare spørgsmålet »Hvordan ved jeg, om jeg er ved at blive omvendt?» Bed de unge mænd om at bruge deres plakater og talerne, som de har studeret, og bed dem undervise hinanden om omvendelse.
- Bed de unge mænd læse »Konvertering« i *Tro mod sandheden* eller skriftstederne i dette oplæg og skrive en liste med spørgsmål, som kan bruges til at evaluere deres fremskridt hen imod omvendelse. Lad kvorumsmedlemmerne fortælle, hvad de ville tage med på deres liste og hvorfor. Anspor dem til at tænke over, hvordan de ville besvare disse spørgsmål.

## Undervisningstip

»At lytte er et udtryk for kærlighed. Det kræver ofte ofre. Når vi virkelig lytter til andre, afstår vi ofte fra at sige det, som vi ønskede, så de kan komme til orde« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 66).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stolede på sine disciple og gav dem ansvar i form af at undervise, velsigne og tjene andre. Hans formål var at hjælpe dem til at blive omvendt ved at tjene andre. Hvilke tjenestemuligheder kan du finde til de Aronske Præstedømmebærere, som kan hjælpe dem vokse?

- Vis en af videoerne i dette oplæg og bed de unge mænd fortælle, hvad de lærte om omvendelse. Fortæl kvorumsmedlemmerne om oplevelser, som har hjulpet dig til at blive omvendt, og bed dem fortælle om deres egne oplevelser.

*Bed koorummet om at fortælle om det, de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de, hvordan de kan genkende omvendelse i deres tilværelse? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være nyttigt at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan –*

- fortælle om sine følelser angående vigtigheden af omvendelse.
- bede kvorumsmedlemmerne om at vælge noget bestemt, som kan højne omvendelsen.

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra »Konvertering«, Tro mod sandheden, 2005, s. 86-86

## Karaktertræk hos mennesker, som har omvendt sig.

Mormons Bog tilvejebringer beskrivelser af mennesker, som har omvendt sig til Herren:

De ønsker at gøre godt. Kong Benjamins folk sagde: »Herren, den Almægtiges Ånd ... har bevirket en mægtig forandring i os eller i vort hjerte, så at vi ikke mere har tilbøjelighed til at gøre ondt, men til bestandigt at gøre godt« (Mosi 5:2). Alma talte om folk, som »ikke [kunne] se på synd uden at føle afsky« (Alma 13:12).

De gjorde ikke oprør mod Herren. Mormon fortalte om en gruppe lamanitter, som var blevet gudløse og blodtørstige, men som »blev omvendt til Herren« (Alma 23:6). Disse mennesker ændrede deres navn til Anti-Nefi-Lehi og »blev et retfærdigt folk; de nedlagde oprørsvåbnene, så de ikke mere kæmpede mod Gud, ej heller mod nogen af deres brødre« (Alma 23:7).

De deler evangeliet. Enosh, Alma den Ældre, Alma den Yngre, Mosijas' sønner, Amulek og Zeezrom indviede sig selv til at forkynde evangeliet, efter de var blevet omvendt til Herren (se Enosh 1:26; Mosijas 18:1; 27:32-37; Alma 10:1-12; 15:12).

De er fyldt med kærlighed. Efter at den opstandne Frelser havde besøgt folket i Amerika, blev »alle mennesker på hele landets overflade, både nefitter og lamanitter ... omvendt til Herren, og der var ingen stridigheder og mundhuggerier blandt dem, og enhver handlede retfærdigt, den ene med den anden ...

Og det skete, at der ikke var nogen strid i landet på grund af Guds kærlighed, som boede i folkets hjerte.

Og der var ingen misundelse eller stridigheder eller optøjer eller utugtigheder eller løgne eller mord eller nogen slags uterlighed, og visselig kunne der ikke findes noget lykkeligere folk blandt alle de folk, der var blevet skabt ved Guds hånd.

Der fandtes ingen røvere eller mordere, ej heller var der lamanitter eller nogen form for -itter; men de var alle ét, Kristi børn og arvinger til Guds rige« (4 Ne 1:2, 15-17).

## Stræb efter større omvendelse

Ethvert menneske har hovedansvaret for sin egen omvendelse. Der er ingen, som kan omvendes for dig, og ingen kan tvinge dig til at blive omvendt. Andre kan imidlertid hjælpe dig i omvendelsesprocessen. Lær af de retskafne eksempler fra familien, Kirkens ledere og lærere og mænd og kvinder i skrifterne.

Din evne til at opleve en stor forandring i hjertet vil øges, når du stræber efter at følge Frelserens fuldkomne eksempel. Studér skrifterne, bed i tro, hold befalingerne og søg hele tiden Helligåndens fællesskab. Når du fortsætter din omvendelsesproces, vil du modtage »overordentlig stor glæde«, som kong Benjamins folk gjorde, da Ånden bevirkede »en mægtig forandring [i deres] hjerte« (se Mosi 5:2, 4). Du vil være i stand til at følge kong Benjamins råd om at »være standhaftige og urokkelige, altid rige på gode gerninger, så Kristus, Herren, Gud den Almægtige, kan besegle jer som sine, så I vil blive bragt til himlen, så I kan få evigtvarende frelse og evigt liv« (Mosi 5:15).



## Hvorfor er arbejde et vigtigt evangelisk princip?

Herren har befalet os ikke at være dovne. Når vi udvikler ønsket og evnen til at arbejde, så bidrager vi til den verden, som vi lever i. Det giver større selvværd. Det bliver til velsignelse for os og vores familie, både nu og fremover.

Hvad har du arbejdet på at opnå? Hvordan har arbejde været til velsignelse for dig og din familie, både timeligt og åndeligt?

Hvornår har de unge mænd følt tilfredsstillelsen ved at arbejde hårdt? Hvordan kan du hjælpe dem til at se de mange velsignelser ved arbejde og udvikle et ønske om at arbejde?

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpeklender. Hvad inspirerer dig til at arbejde?*

1 Mos 3:19 (Vi skal arbejde for at for-  
sørge os selv)

Matt 25:14-30 (Lignelsen om talen-  
terne)

Gal 6:3-5; 1 Thess 4:11; Mosi 10:4-5 (Vi  
bliver befalet at arbejde)

Alma 38:12; L&P 58:27; 60:13; 75:29;  
107:99-100 (Vær ikke doven eller  
dvask)

Dieter F. Uchtdorf, »To principper, der  
gælder for enhver husstand«, *Liahona*,  
nov. 2009, s. 55-58

H. David Burton, »Arbejdets velsig-  
nelse«, *Liahona*, dec. 2009, s. 37-40.

»Arbejde og selvhjulpethed«, *Til  
styrke for de unge*, 2011, s. 40-41

Video: »I udvikling«

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Skriv to spørgsmål fra sidste lektion på tavlen, og bed de unge mænd om at foreslå mulige svar.
- Bed en ung mand om at fortælle om noget, som han har arbejdet hårdt på at opnå. Hvilke ofre måtte han yde? Hvordan havde han det, da han opnåede sit mål? Hvad lærte han af sin oplevelse?

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe koorumsmedlemmerne til at forstå betydningen af arbejde. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kворum:

- Skriv spørgsmålene: »Hvad lærte jeg?« »Hvorfor er det vigtigt?« og »Hvad kan jeg gøre?« på tavlen. Giv hver ung mand et *Til styrke for de unge* og bed dem om at læse et af afsnittene i »Arbejde og selvhjulpethed«. Bed dem om at studere deres afsnit og forberede sig til at besvare de tre spørgsmål, der er skrevet på tavlen. Fortæl om en oplevelse fra dit liv, der har lært dig om vigtigheden af arbejde.
- Bed hver af de unge mænd om at læse et af de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg. Bed dem hver især om at komme op til tavlen og fortælle, (a) hvad de lærte af deres skriftsted, (b) hvorfor det er vigtigt, og (c) situationer, som de har oplevet, der har illustreret det, som de lærte af skriftstedet.
- Læs Matthæus 25:14-30 sammen i kворummet. Foreslå, at de unge mænd understreger de sætninger, der henviser til arbejde og resultatet af arbejde, og sætter en cirkel om de sætninger, der henviser til dovenskab og resultatet af ikke at arbejde. Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de fandt frem til, og fortælle om oplevelser, de har haft med at arbejde hårdt for noget. Hvad kom der ud af deres bestræbelser?
- Læs afsnittet: »Det første princip: Arbejde« fra præsident Dieter F. Uchtdorfs tale »To principper, der gælder for enhver husstand«. Bed de unge mænd om at vælge en sætning fra talen, der vil være god at huske eller at læse hver dag for at inspirere dem til at arbejde. Vis videoen »I udvikling«, og bed de unge mænd om at finde eksempler på det, som præsident Uchtdorf forklarede. Hvad lærte de om arbejde af Tylers eksempel? Hvordan kan de anvende det, som han gjorde, til at nå deres egne mål?

## Undervisningstip

»Stil spørgsmål, som kræver, at eleverne finder svar i skrifterne og de sidste dages profeters lærdomme« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 62).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren fortalte enkle historier, lignelser og eksempler fra det virkelige liv, der gav mening for hans disciple. Han hjalp dem til at se evangeliske lektier i deres egne oplevelser. Hvilke beretninger om arbejde kan du fortælle om fra det virkelige liv? Hvad har de unge mænd lært om arbejde?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de, hvorfor arbejde er vigtigt? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad han har følt sig inspireret til at gøre på grund af det, som han har lært i dag.
- Fortælle kvorummet om behov i menigheden, som biskoppen har udpeget, og planlægge en kvorumsaktivitet, der kan opfylde disse behov.

# Udvalgte materialer

---

»Arbejde og selvhjulpenhed«, Til styrke for de unge, 2011, s. 40-41

Arbejde er hæderligt. Når du udvikler din evne til at arbejde, hjælper det dig til at bidrage til den verden, du lever i. Det vil give dig større selvtillid. Det vil velsigne dig og din familie, både nu og i fremtiden.

Man lærer at arbejde derhjemme. Hjælp din familie ved villigt at deltage i det arbejde, der er nødvendigt for at holde et hjem. Lær tidligt at bruge dine penge klogt og lev inden for dine midler. Følg profeternes ord ved at betale tiende, undgå gæld og spare op til fremtiden.

Sæt høje mål for dig selv og vær villig til at arbejde hårdt for at nå dem. Udvikl selvdisciplin og vær pålidelig. Gør det bedste i dine kirkekaldelser, lektier, arbejde og andre lødige opgaver. Unge mænd bør være villige til at gøre det, der er nødvendigt for at være forberedt til at tage på fuldtidsmission. Vor himmelske Fader har givet dig gaver og talenter og ved, hvad du er i stand til at opnå. Søg hans hjælp og vejledning, når du arbejder på at nå dine mål.

Herren har befalet os ikke at være dovne. Dovenskab kan føre til upassende opførsel, ødelagte

forhold og synd. En form for dovenskab er at bruge for meget tid på aktiviteter, der afholder dig fra produktivt arbejde, såsom at bruge internettet, spille videospil og se tv.

Brug ikke din tid og penge på hasard. Hasard er forkert og bør ikke bruges som en form for underholdning. Det er afhængighedsdannende og kan føre til forspildte muligheder, ødelagte liv og splittede familier. Det er forkert at tro, at man kan få noget for ingenting.

En af velsignelserne ved arbejde er at udvikle selvhjulpenhed. Når du er selvhjulpen, kan du bruge de velsignelser og evner, som Gud har givet dig, til at tage dig af dig selv og din familie og finde løsninger på dine egne problemer. Selvhjulpenhed betyder ikke, at du skal være i stand til at gøre alt selv. For virkelig at være selvhjulpen skal du lære at arbejde sammen med andre og henvende dig til Herren for at få hans hjælp og styrke.

Husk, at Gud har et stort værk, som du skal udrette. Han velsigner dig i dine bestræbelser på at udføre dette værk.



## Hvorfor ønsker Herren, at jeg er sund?

Et godt helbred er en vigtig del af det at kunne klare sig selv. Når vi passer på vores helbred, vil det gøre os i stand til at opfylde vores guddommelige potentiale og bedre kunne tjene andre. Den måde, vi behandler vores legeme på, påvirker vores åndelige helbred og vores evne til at modtage vejledning fra Helligånden. For at passe på vores helbred bør vi adlyde visdomsordet, spise nærende mad, motionere regelmæssigt og få søvn nok.

---

### Forbered dig åndeligt

*Når du studerer skrifterne og andet materiale om visdomsordet, så se efter, hvad der kan få de unge mænd til at forstå vigtigheden af at passe på sig selv, både mentalt og fysisk, og hvorfor Herren ønsker, at de gør det.*

Dan 1:3-20 (Daniel og hans venner blev velsignet, da de adlød de hebraiske love vedrørende visse former for mad)

L&P 88:124 (Herren giver os råd om arbejde og sengetid)

L&P 89 (Herren åbenbarer visdomsordet og velsignelserne ved at overholde det)

Boyd K. Packer, »Visdomsordet: Princippet og forjættelserne«, *Stjernen*, juli 1996, s. 17-19

M. Russell Ballard, »O, hvor snedig er ikke den Ondes plan«, *Liahona*, nov. 2010, s. 108-110; se også videoen »I vil blive befriet«

»Fysisk og mental sundhed«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 25-27

»Visdomsordet«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 170-172

Video: »Gud gav dem kundskab«; se også *Det Gamle Testamente Visuel Ressource*-dvd

Hvilken sammenhæng er der mellem din fysiske og mentale sundhed og din åndelige sundhed? Hvordan har du kunnet tjene Herren i højere grad, fordi du har passet på dit helbred? Hvilke andre velsignelser har du modtaget i din stræben efter at leve et sundt liv?

Hvilke fristelser, der kan skade deres fysiske og følelsesmæssige sundhed, står de unge mænd over for? Hvordan kan du hjælpe dem til at forstå velsignelserne ved at efterleve Herrens sundhedslove? Hvordan vil efterlevelsen af disse love påvirke deres præstedømmetjeneste?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og Pligt mod Gud hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Skriv titlen på sidste uges lektion på tavlen, og bed de unge mænd om at fortælle noget, som de husker derfra.
- Skriv følgende på tavlen: »Hvorfor ønsker Herren, at vi er sunde?« Bed de unge mænd om at svare og i løbet af lektionen at være opmærksomme på yderligere svar.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå Herrens helbredslov. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at slå op på side 31-32 i deres *Pligt mod Gud*-hæfte og udføre trin 1 og 2 i kvorummet. Tilskynd kvorummet til at planlægge et kvorumsprojekt, udover deres individuelle projekt, der vil hjælpe dem til at vedligeholde deres fysiske helbred. Lad en af de unge mænd, der allerede har udført sit projekt, fortælle, hvordan udførelsen af hans plan har påvirket ham. Fortæl de unge mænd, at du i løbet af de næste par uger vil bede dem om at fortælle om de oplevelser, de har med at udføre den plan, som de har lagt.
- Hvis det er muligt, så medbring en fiskekrog eller en flue til kvorums-mødet, eller vis et billede af en, eller vis videoen »Afhængighed: I vil blive befriet«. Bed de unge mænd om at forklare, hvordan fiskekrog og flue narrer fiskene. På hvilke måder narrer eller bedrager Satan unge mænd, så de ikke overholder visdomsordet? Del kvorummet op i to grupper. Bed den ene gruppe om at læse Lære og Pagter 89:5-15 og finde de ting, som Herren har forbudt os eller ønsker, at vi bruger sparsomt. Lad den anden gruppe læse vers 10-20 og finde ud af, hvad Herren har bestemt til menneskets brug. Forklar ukendte ord eller begreber (se Visdomsordet i *Tro mod sandheden*, s. 170-172). Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de kan gøre for at undgå situationer, hvor de kan blive narret eller fristet.
- Skriv følgende to overskrifter på tavlen: »Åndelige velsignelser« og »Fysiske velsignelser«. Bed de unge mænd om at læse Lære og Pagter 89:18-21, finde de nævnte velsignelser og derpå skrive dem under den korrekte overskrift på tavlen. Hvilken forståelse har de unge mænd om disse velsignelser i deres liv? Hvilke af de velsignelser, der er nedskrevet, har de unge mænd allerede mærket? (Hvis de har brug for hjælp til at forstå disse løfter, så foreslå, at de læser præsident Boyd K. Packers forklaring fra talen

## Undervisningstip

»Du bør passe på med ikke at tale mere end nødvendigt eller med ikke at give udtryk for din egen mening for ofte. Disse fremgangsmåder kan forårsage, at eleverne mister interessen. Betragt dig selv som en vejleder på en studierejse, der kommer med relevante kommentarer for at holde dem, som du underviser, på rette vej« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 64).

## Undervisning på Frelserens måde

Under sin jordiske tjenestegerning opfordrede Jesus Kristus sine disciple til at handle i tro og efterleve de sandheder, han belærte om. I al sin undervisning fokuserede han på at hjælpe sine tilhængere til at efterleve evangeliet af hele deres hjerte. For at opnå dette, gav han dem mulighed for at lære gennem berigende erfaringer. Når du underviser de unge mænd, så bed dem om at fortælle om oplevelser, de har haft ved at efterleve visdomsordet.

»Visdomsordet: Princippet og forjættelserne«).

- Vis videoen »Gud gav dem kundskab«, og bed de unge mænd om at være opmærksomme på, hvordan Daniel og hans venner blev velsignet ved at efterleve sundhedsloven. (Du kan eventuelt stoppe videoen undervejs og drøfte dette, efterhånden som de unge mænd bemærker ting). Stil spørgsmål som de følgende: Hvordan er I blevet velsignet ved at efterleve visdomsordet? Hvordan vil overholdelse af visdomsordet hjælpe jer til at udføre jeres præstedømmeplichter? Hvilke udfordringer står de unge overfor i dag i deres stræben efter at efterleve visdomsordet? Hvad kan de

gøre for at overvinde disse udfordringer? Bær dit vidnesbyrd om vigtigheden af at holde visdomsordet for at have Ånden hos sig.

- Lad de unge mænd læse »Fysisk og mental sundhed« i *Til styrke for de unge*. Bed nogle af de unge mænd om på tavlen at skrive nogle af de råd, som de finder, og bed resten om at skrive de velsignelser, der loves dem, der følger disse råd. Lad dem drøfte, hvordan den måde, de behandler deres legeme på, påvirker deres ånd. Hvordan kunne de benytte listen på tavlen til at forklare deres standarder til venner, som tilhører et andet trosamfund?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de, hvorfor Herren ønsker, at de er sunde? Har de yderligere spørgsmål? Ville det være værd at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Tilskynde de unge mænd til at lave en liste over nogle af de velsignelser, som de bemærker i denne uge, når de efterlever visdomsordet.
- Udfordre de unge mænd til at lave et projekt i deres *Pligt mod Gud*-hæfte for at blive sundere (se s. 31-34) og fortælle om deres oplevelse med at udføre projektet.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Boyd K. Packer, »Visdomsordet: Princippet og forjættelserne«, Stjernen, juli 1996, s. 17-19*

Følg visdomsordets princip, og I vil modtage de lovede forjættelser. »Alle hellige,« lover åbenbaringen, »der husker at holde og efterkomme disse ord og vandrer i lydighed mod befalingerne,« bliver lovet, at de »skal få sundhed i navlen og marv i knoglerne« og »skal løbe og ikke blive trætte, og skal gå og ikke blive matte« (L&P 89:18, 20).

Visdomsordet lover os ikke et fuldkomment helbred, men det lærer os, hvordan vi bevarer den krop, vi blev født med, i den bedste form og vores sind årvågent for fine åndelige tilkendegivelser ...

Og så er der en større forjættelse lovet i visdomsordet. De, som adlyder det, har fået løfte om, at de »skal finde visdom og store skatte af kundskab, endog skjulte skatte« (L&P 89:19). Det er den personlige åbenbaring, hvorigennem I kan opdage usynlige krokodiller eller skjulte miner eller andre farer ...

Der er en sidste forjættelse i åbenbaringen. Idet Herren atter talte om dem, som følger og adlyder disse befalinger, sagde han: Jeg »giver dem et løfte om, at dødens engel skal gå dem forbi, ligesom Israels børn, og ikke slå dem ihjel« (L&P 89:21). Det er et fantastisk løfte.

For at forstå det må vi gå tilbage til Moses' tid. Israelitterne havde været i trældom i 400 år. Moses kom som deres befrier. Han nedkaldte plagerne over Egypten. Faraο indvilligede hver gang i at befri

israelitterne, men hver gang løb han fra sit løfte. Endelig sagde Herren til Moses: »Endnu en plage vil jeg bringe over Faraο og Egypten. Efter den vil han lade jer gå ... alle førstefødte i Egypten [skal] dø (2 Mos 11:1, 5).

Moses fortalte israelitterne, at de skulle »tage et lam ... et lydefrit dyr, et årgammelt handyr ... I må ikke knuse nogen af dets knogler« (2 Mos 12:3, 5, 46; se også Joh 19:33).

De skulle forberede lammet som til et festmåltid og »tage noget af blodet og komme det på de to dørstolper ... i de huse ... Samme nat vil jeg gå gennem Egypten, og jeg vil dræbe alle førstefødte i Egypten ... Når jeg ser blodet, går jeg forbi jer. Ingen ødelæggende plage skal ramme jer ... Denne dag skal I ... fejre ... som en eviggyldig ordning« (2 Mos 12:7, 12-14). »Og når jeres børn spørger, hvad det er for en skik ... skal I svare: Det er påskeoffer for Herren« (2 Mos 12:26-27).

I unge må da bestemt se den profetiske symbolik i påsken. Kristus »er Guds lam« (Joh 1:29, 36), den førstefødte, hankøn, uden fejl. Han blev slået ihjel, uden at hans knogler blev knust, selv om soldaterne blev sendt ud for at gøre det.

Men det er ikke fra den jordiske død, vi vil blive reddet, hvis vi vandrer i lydighed mod disse befalinger, for vi skal hver især dø på et tidspunkt. Men der er en åndelig død, som I ikke behøver lide under. Hvis I er lydige, vil den død gå jer forbi, for som åbenbaringen fortæller os »vort påskelam er slagtet, Kristus« (1 Kor 5:8).



## Hvordan udviser Herren omsorg for de fattige og trængende?

Da Jesus Kristus kom til jorden, brugte han meget af sin tjenestegering på at tage sig af de syge og trængende. Herren har gennem sin kirke tilvejebragt en måde, hvorpå vi kan drage omsorg for de trængende. Han har bedt os om at give gavmildt af det, som vi har modtaget fra ham. »Herrens måde at tage sig af de nødlidende er anderledes end verdens måde. Herren har sagt: »[At sørge for de fattige] må nødvendigvis gøres på min egen måde« (L&P 104:16; se også v. 15). Han er ikke kun bekymret for vore umiddelbare behov; han er også interesseret i vores evige udvikling. Derfor har Herrens måde altid omfattet selvhjulpenhed og at tjene vores næste ud over at udvise omsorg for de fattige« (Dieter F. Uchtdorf, »Omsorg på Herrens måde«, *Liahona*, nov. 2011, s. 54).

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og andre hjælpeklender vil hjælpe de unge mænd til at forstå, hvordan Herren sørger for de fattige og nødlidende?*

Es 58:6-11; Mal 3:8-10; Matt 25:35-40; L&P 82:18-19 (Hvordan man kan sørge for de fattige)

Jak 1:27; Mosi 18:27-28; L&P 42:29-30 (Vigtigheden af at sørge for de fattige og nødlidende)

Alma 34:27-28; Morm 8:35-37; L&P 56:16-18; 70:14 (Herrens advarsel til dem, der ikke sørger for de fattige)

L&P 104:15-18 (Sørg for de fattige på Herrens måde)

Patrick Kearon, »Tilflugt fra uvejret«, *Liahona*, maj 2016, s. 111-114

Linda K. Burton, »Jeg var fremmed«, *Liahona*, maj 2016, s. 13-15

Jeffrey R. Holland: »Er vi ikke alle tiggere?« *Liahona*, nov. 2014, s. 40-42

»Medlemmers indsats for at drage omsorg for de fattige og trængende samt tjene andre«, *Håndbog 2: Forvaltning af Kirken*, 2010, 6.1.2

»Tjeneste«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 32-33

Video: »Fortæl om Kristi lys«, »Jeg var fremmed: Elsk hinanden«, »Da vi var fremmede«

Hvordan har du søgt efter at følge Frelserens eksempel med at sørge for andre? Hvilke oplevelser kan du fortælle de unge mænd om?

Hvilke principper omkring omsorg på Herrens måde har de unge mænd brug for at forstå? Hvordan vil en forståelse af disse principper påvirke den måde, hvorpå de tjener som præstedømmebærere?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Bed de unge mænd om at fortælle om oplevelser, som de har haft for nylig, der mindede dem om noget, som de lærte i sidste uges lektion.
- Bed biskoppen om at deltage ved kvorums mødet og forklare de unge mænd, hvordan Kirkens hellige midler bliver brugt, herunder fasteoffer, bidrag til humanitær bistand og Kirkens selvsupplerende uddannelsesfond (se *Håndbog 1: Stavspræsidenter og biskopper*, 2010, 14.4). Bed ham om at beskrive, hvordan han hjælper dem i nød til at blive mere selvhjulpne.

---

## Lær sammen

*Alle forslagene herunder vil hjælpe de unge mænd til at lære om Herrens måde at sørge for de fattige og nødlidende på. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i din klasse:*

- Ældste Patrick Kearon sagde i sin tale »Tilflugt fra uvejret«: »Der er omkring 60 millioner flygtninge i verden i dag ... Det er chokerende at tænke på det antal og overveje, hvad det betyder i den enkeltes liv.« Vis de unge mænd en eller flere af videoerne i dette oplæg for at hjælpe dem til at blive opmærksomme på flygtningekrisen, og hvordan de kan hjælpe. Hvordan har de det med de prøvelser, som flygtningene møder? Du kan eventuelt bede kvorumsmedlemmer om i mindre grupper at gennemgå ældste Kearons tale eller søster Linda K. Burtons tale »Jeg var fremmed« og se efter, hvad de kan gøre for at hjælpe flygtninge. Hjælp de unge mænd til at lægge planer om at udføre disse forslag.
- Bed kvorumsmedlemmerne om sammen at læse afsnittet »Tjeneste« i *Til styrke for de unge* og drøft, hvorfor Herren ønsker, at vi tjener. Du kunne også bede et medlem af kvorummet

## Undervisningstip

»Når en person stiller et spørgsmål, så overvej at bede andre om at besvare det i stedet for at besvare det selv. Du kan for eksempel sige: »Det er et interessant spørgsmål. Hvad mener resten af jer?« eller: »Er der nogen, der kan hjælpe med dette spørgsmål?« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 64).



## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren var et eksempel og en mentor. Han lærte sine disciple at bede ved at bede sammen med dem. Han lærte dem at elske og tjene gennem den måde, han elskede og tjente dem på. Han lærte dem at undervise i hans evangelium gennem den måde, han underviste i det. Hvordan kan du følge hans eksempel?

om at studere afsnittet »Tjen andre« i *Pligt mod Gud*-hæftet (s. 26 27, 50 51, eller 74-75) og forberede sig til at lede en drøftelse baseret på undervisningsforslagene i dette afsnit. Afsæt tid til, at de unge mænd ved kvorumsmødet kan lægge en personlig plan og en plan for kvorummet om at tjene en i nød. Bed dem om ved et kommende kvorumsmøde at fortælle om de oplevelser, de har haft i udførelsen af deres planer.

- Del de unge mænd op parvis. Bed den ene fra hvert par om at læse skriftsteder om vigtigheden af at sørge for de fattige og nødlidende, og bed den anden om at læse skriftsteder med advarsler til dem, der ikke sørger for de fattige og nødlidende (se skriftstederne i dette oplæg for forslag). Bed de unge mænd om at studere deres skriftsteder, og derpå fortælle deres makker, hvad de lærte. Spørg dem, hvorfor det er så vigtigt for vor himmelske Fader at drage omsorg for de fattige og nødlidende. Bed de unge mænd om at drøfte, hvordan de kan hjælpe nødlidende i deres familie, menighed og samfund.

- Giv hver af medlemmerne af kvorummet en kopi af ældste Jeffrey R. Hollands tale »Er vi ikke alle tiggere?« Bed de unge mænd om hver især at vælge et af skriftstederne, som ældste Holland citerer om at hjælpe de fattige og nødlidende. Bed de unge mænd om hver især at fortælle om

det skriftsted, de har valgt, og hvad det betyder for dem. Gennemgå sammen som kvorum ældste Hollands råd: »[Jeg ved] ikke helt, hvordan nogen af jer kan opfylde jeres forpligtelse over for dem, der ikke altid kan eller vil hjælpe sig selv. Men jeg ved, at Gud ved det, og han vil hjælpe og vejlede jer i medfølelse handlinger som disciple.« Giv medlemmerne af kvorummet noget tid til at tænke over, hvordan de tror, at Gud vil have os til at tage os af de fattige og nødlidende. Bed dem om at fortælle om det til kvorummet.

- Vis videoen »Fortæl om Kristi lys« og bed de unge mænd om at fortælle, hvad der gør indtryk på dem ved disse beretninger. Bed dem om at fortælle om oplevelser, de har haft, hvor de har hjulpet nogen, og om, hvad de kan gøre for at hjælpe de nødlidende.

- Bed kvorumsmedlemmerne om at nævne nogle af de timelige og åndelige behov, som en person har. Skriv på tavlen: »Hvordan er Herrens måde at udvise omsorg for de fattige og trængende på?« Læs udtalelsen fra præsident Dieter F. Uchtdorf i begyndelsen af dette oplæg, og bed de unge mænd om at lytte efter svar på spørgsmålene på tavlen. Bed dem om at fortælle, hvad de har fundet ud af. Hvordan kan vi hjælpe de fattige og trængende til at blive mere selvhjulpne?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de, hvad det vil sige at sørge for de trængende på Herrens måde? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om sin præstedømmeforpligtelse til at tjene og opløfte Guds børn.
- Tilskynde kворumsmedlemmerne til at tage imod denne opfordring fra præsident Thomas S. Monson: Tilskynde kворumsmedlemmerne til

at tage imod denne opfordring fra præsident Thomas S. Monson: »Må vi bede om inspiration til at se behov hos vore omgivelser, og må vi derpå gå fremad og yde hjælp« (»Gud vær' med dig, til vi ses igen«, *Liahona*, nov. 2012, s. 110).

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra Jeffrey R. Holland, »Er vi ikke alle tiggere?«, Liahona, nov. 2014, s. 40-41

Men hvad kan én mand eller kvinde stille op mod denne enorme udfordring, som verdens ulighed er? Mesteren selv kom med et svar på det. Da Maria salvede Jesu hoved med kostbar olie, inden han blev forrådt og korsfæstet, blev Judas Iskariot og andre vrede over denne ødselhed og »overfusede hende« (se Mark 14:3-5; se også Matt 26:6-9; Joh 12:3-5).

Jesus sagde:

Lad hende være! ... Hun har gjort en god gerning mod mig ...

*Hun har gjort, hvad hun kunne.*«

»Hun har gjort, hvad hun kunne«! Sikke en rammende anvisning! En journalist satte engang spørgsmålstegn ved den håbløse indsats, som moder Teresa i Calcutta gjorde for de nødlidende i den by. Han sagde, at hun rent statistisk absolut intet opnåede. Denne utrolige, lille kvinde svarede igen, at hendes arbejde handlede om kærlighed, ikke om statistik. Til trods for det kolossale antal, som hun *ikke* var i stand til at hjælpe, var hun i stand til at holde befalingen om at elske Gud og sin næste ved at tjene dem, som hun *kunne* med de ressourcer, hun havde til rådighed. »Hvad vi gør, er blot en dråbe i havet,« sagde hun ved en anden lejlighed. »Men hvis vi ikke gjorde det, var der en dråbe mindre i havet.« (Mother Teresa of Calcutta, *My Life for the Poor*, red. José Luis González-Balado og Janet N. Playfoot, 1985, s. 20). Journalisten konkluderede eftertænksomt, at kristendommen tydeligvis *ikke* er en statistisk øvelse. Han ræsonnerede således, at når der ville være mere glæde i himlen over én synder, der omvender sig, end 99, der ikke har brug for omvendelse, så går Gud åbenbart ikke så voldsomt op i procenter (se Malcolm Muggeridge, *Something*

*Beautiful for God*, 1986, s. 28-29, 118-119; se også Luk 15:7).

Så hvordan kan vi gøre, hvad vi kan?

En ting, vi kan gøre, er, som kong Benjamin belærte om, at vi holder op med at holde vore midler tilbage, fordi vi mener, at de fattige selv har bragt sig i elendighed. Der er måske nogen, som selv *har* bragt sig i vanskeligheder, men har vi ikke alle gjort nøjagtigt det samme? Er det ikke derfor, at denne medfølelse hersker spørger: »Er vi ikke alle tiggere?« (Mosi 4:19). Råber vi ikke alle på hjælp, og håber vi ikke alle på, at vore bønner besvares? Tigger vi ikke alle om tilgivelse for de fejltagelser, vi har gjort, og de problemer, vi har forårsaget? Trygler vi ikke alle om, at nåden vil kompensere for vore svagheder, og at barmhjertigheden vil overtrumfe retfærdigheden i det mindste for os? Så det er ikke overraskende, at kong Benjamin siger, at vi *opnår* forladelse for vore synder ved at trygle Gud, som medfølelse svarer, men vi *bevarer* forladelse for vore synder ved medfølelse at svare den fattige, som trygler os (se Mosi 4:11-12, 20, 26).

Udover at handle barmhjertigt på deres vegne bør vi også bede for dem i nød. En gruppe zoramitter blev af andre kirkegængere betragtet som »tilsølede« og regnet for »slagge« – det er ord fra skriften – så de blev udstødt af deres bedehuse »på grund af deres klæders grovhed«. De var, som Mormon siger, »fattige, hvad angår det, der hører verden til; og de var også fattige i hjertet« (Alma 32:2-3) – to vilkår, der næsten altid går hånd i hånd. Missionærkammeraterne Alma og Amulek argumenterede mod den forkastelige afvisning af de dårligt klædte ved at fortælle dem, at uanset hvilke privilegier andre end måtte fornægte dem, så kan de altid bede – på deres marker, i deres huse, i deres familie og i hjertet (se Alma 34:17-27).



## Hvor kan jeg finde løsninger på mine udfordringer og problemer?

Selvhjulpethed omfatter også evnen til at finde løsninger på vore egne problemer og udfordringer. Mange af disse løsninger findes i Jesu Kristi gengivne evangelium. Vor himmelske Fader er opmærksom på de udfordringer, vi står over for. Han elsker os og ønsker at hjælpe os. Vi bør bede om vejledning, når vi søger efter svar på vore udfordringer i skrifterne og i profeternes og apostlenes ord.

---

### Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og andre hjælpemidler vil hjælpe de unge mænd til at forstå, hvordan evangeliet kan hjælpe med livets udfordringer?*

Ordsp 3:5-6; Matt 11:28-30; Mark 4:36-39; Alma 7:11-13; Alma 37:35-37; 38:5 (Søg Herrens hjælp til udfordringer og problemer)

Richard G. Scott, »Gør udøvelsen af tro til din første prioritet«, *Liahona*, nov. 2014, s. 92-95

Jeffrey R. Holland, »Som et kar, der kastes bort«, *Liahona*, nov. 2013, s. 40-42.

»Fysisk og mental sundhed«, *Til styrke for de unge*, 2012, s. 25-27

Hvordan har du fundet løsninger og trøst i evangeliet i dine udfordringer?

Hvilke problemer eller udfordringer har de unge mænd? Hvilke udfordringer kan de komme til at stå over for fremover? Hvilke evangeliske principper vil hjælpe dem til at håndtere disse udfordringer på vellykket vis?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kворummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og Pligt mod Gud-hæftet), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kворumsmøde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at gengive oplevelser, som de har haft i løbet af ugen, når de har forsøgt at efterleve det, som de har lært om selvhjulpenhed i løbet af denne måned.
- Lad de unge mænd nævne nogle udfordringer eller problemer, som unge på deres alder står over for, og skriv deres svar på tavlen. Hvilke usunde eller ikke særlig konstruktive ting gør unge mænd til tider for at håndtere disse problemer? Bed i løbet af lektionen de unge mænd om at være opmærksomme på, hvordan evangeliets sandheder kan hjælpe.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære, hvordan de kan finde løsninger på deres egne udfordringer. Følg Åndens vejledning, og vælg den eller de, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at tænke på en udfordring eller et problem, som unge mennesker står over for i dag. Bed dem om at gennemse emneindekset fra det seneste generalkonferencenummer af *Liahona* og se efter emner, der omhandler den problematik. Lad dem skimme en af de taler, der vedrører disse emner og for kvorummet gengive en udtalelse, der kunne hjælpe nogen til at overvinde deres udfordringer. Tilskynd de unge mænd til at benytte emneindekset til at finde hjælp til deres egne udfordringer.
- Bed de unge mænd om at læse de to sidste afsnit af »Fysisk og mental sundhed« i *Til styrke for de unge* og se efter råd, der kan hjælpe dem eller personer, som de kender. Hvad er nogle eksempler på »sunde løsninger«, som vi skal søge efter, når vi har problemer? Hvilke løsninger tilbyder Jesu Kristi evangelium? Fortæl om en oplevelse fra dit eget liv, hvor evangeliet besvarede eller hjalp i et konkret problem eller udfordring. Bed de unge mænd om at fortælle om lignende oplevelser fra deres egen tilværelse.
- Læs følgende udtalelse af præsident Thomas S. Monson: »Hvor er vi velsignede, brødre og søstre, ved at have Jesu Kristi gengivne evangelium i vores liv og i vores hjerte. Det rummer svar på livets store spørgsmål. Det giver mening og formål og håb i vores liv. Vi lever i en problemfyldt tid. Jeg forsikrer jer om, at vor himmelske Fader er opmærksom på de udfordringer, vi står over for. Han elsker hver eneste en af os og ønsker at velsigne og hjælpe os« (»Vi afslutter nu denne konference«, *Liahona*, maj 2012, s. 115). Bed de unge mænd om hver især at læse et af skriftstederne fra dette oplæg og fortælle, hvordan

### Undervisningstip

»Vær forsigtig med ikke at afslutte gode samtaler for hurtigt for at forsøge at nå alt det, som du har forberedt. Selv om det er vigtigt at gennemgå alt materialet, er det vigtigere at hjælpe eleverne med at mærke Åndens påvirkning, afklare deres spørgsmål, øge deres forståelse for evangeliet og styrke deres beslutning om at holde befalingerne« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 64).

det kan hjælpe nogen, der står over for en udfordring eller et problem, der er almindelig blandt de unge i dag. Hvad vil det sige at stole på Herren eller at komme til Kristus, når vi har brug for hjælp? Kan de unge mænd komme i tanke om andre skriftsteder, der kan hjælpe med bestemte udfordringer eller problemer?

- Bed de unge mænd om at tænke på nogen, de kender, der kæmper med følelsesmæssige eller mentale problemer. Giv hver af de unge mænd en kopi af ældste Jeffrey R. Hollands tale »Som et kar, der kastes bort«. Bed dem om at lede efter svar på hans spørgsmål: »Hvordan reagerer man mest hensigtsmæssigt, når mentale

eller følelsesmæssige udfordringer rammer en selv eller dem, man elsker?« Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de lærer, og derpå drøfte, hvordan disse lærdomme kan hjælpe den person, som de tænker på.

- Bed medlemmerne af kvorummet om at tænke på en personlig udfordring, som de står over for. Skriv på tavlen de fire redskaber, som ældste Richard G. Scott nævner i sin tale »Gør udøvelsen af tro til din første prioritet«, og bed medlemmerne af kvorummet om at studere et af redskaberne, som de tror, kan hjælpe dem med deres udfordring. Bed dem om at fortælle, hvad de lærer af ældste Scotts råd.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan finde løsninger på livets udfordringer i Jesu Kristi evangelium? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvordan en forståelse af og efterlevelse af evangeliet har hjulpet ham til at overvinde prøvelser.
- Opfordre kvorumsmedlemmerne til at bruge det, som de har lært i dag, til at hjælpe eller opmuntre nogen, der har følelsesmæssige udfordringer.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren lærte sine tilhængere selv at tænke over skrifterne og anvende dem til at finde svar på deres egne spørgsmål. Hvordan kan du hjælpe de unge mænd til at få et ønske om at ty til skrifterne og profeternes ord, når de leder efter løsninger på deres udfordringer?



# December: Opbyg Guds rige i de sidste dage

»Måtte Guds rige derfor have fremgang, så Himmeriget må komme« (L&P 65:6).

De Aronske Præstedømmebærere i dit kvorum er blevet sendt til jorden på lige netop dette tidspunkt for at bidrage til at forberede verden til Frelserens andet komme. De har særlige gaver og talenter, som Herren ønsker, at de bruger til at opbygge hans rige og fortælle andre om hans evangelium. Denne måneds lektioner vil hjælpe dem til at udvikle disse gaver, når de forbereder sig til at blive ledere og lærere i Kirken og i Guds rige.

For at integrere Pligt mod Gud i søndagens kvorumsmøder kan du denne måned overveje at undervise i Pligt mod Gud-oplægget herunder.

---

## Oplæg, du kan vælge imellem denne måned:

*Hvordan kan jeg være en missionær nu? (Pligt mod Gud)*

*Hvordan kan jeg blive en bedre hjemmelærer?*

*Hvordan ønsker vor himmelske Fader, at jeg bruger mine åndelige gaver?*

*Hvordan kan jeg forberede mig til at skabe et kristuscentreret hjem?*

*Hvad kan jeg gøre for at hjælpe nye medlemmer i Kirken?*

*Hvordan kan jeg hjælpe mine mindre aktive venner til at komme tilbage til Kirken?*

*Hvad er Zion?*

*Hvordan kan jeg deltage i fremskyndelsen af Herrens værk?*



---

## GUF

Tænk over, hvordan du kan planlægge aktiviteter, der er relevante for det, de unge lærer. En hjemmeside med aktiviteter for unge er tilgængelig til at hjælpe dig. Mange af undervisningsforslagene i disse oplæg kan også bruges som gode GUF-aktiviteter. Udvælg og planlæg sammen med kvorumspræsidentskaberne passende aktiviteter, der understøtter det, de unge mænd lærer om søndagen.

## Pligt mod Gud

De følgende afsnit fra hæftet *Pligt mod Gud* kan bruges i forbindelse med lektionerne denne måned:

»Forstå læresætningen«, s. 18-20, 42-44, 66-68

»Indbyd alle til at komme til Kristus«, s. 28-29, 52-53 og 76-77



DECEMBER: OPBYG GUDS RIGE I DE SIDSTE DAGE

## PLIGT MOD GUD

# Hvordan kan jeg være en missionær nu?

Herren har givet alle bærere af Det Aronske Præstedømme pligt til at opfordre alle til at komme til Kristus (se L&P 20:59). Herrens profeter har også opfordret alle værdige, egnede unge mænd i Kirken til at tage på en fuldtidsmission. Når vi udfører vores Aronske Præstedømmepligt om at opfordre alle til at komme til Kristus, hjælper det os til at forberede os til engang at tjene som fuldtidsmissionær. På denne måde opbygger vi Guds rige.

---

## Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du dig inspireret til at videregive til de unge mænd?*

*Udførelse af min Pligt mod Gud, 2010, s. 28-29, 52-53, 76-77*

M. Russell Ballard, »Sæt din lid til Herren«, *Liahona*, nov. 2013, s. 43-45

Alma 17:2-3 (Mosijas sønner forberedte sig til deres mission ved at faste, bede og flittigt granske skriften)

David A. Bednar, »Bliv missionær«, *Liahona*, nov. 2005, s. 44-47

ApG 2, 16; Mosi 18 (Peter, Paulus og Alma opfordrer andre til at komme til Kristus)

David A. Bednar, »Kom og se«, *Liahona*, nov. 2014, s. 107-110

Video: »Udførelse af din pligt mod Gud«, »Missionærmentalitet«, »Præstedømmepligt: Forkynd evangeliet«

Hvilke oplevelser har du haft med at fortælle andre om evangeliet? Hvordan har andre fortalt dig om evangeliet? Hvis du har været på fuldtidsmission, hvad gjorde du da for at forberede dig? Set i bakspejlet, hvad ville du så ellers have gjort for at forberede dig?

Hvilken virkning vil det have på de unge mænd at forkynde evangeliet? Hvordan kan du hjælpe dem til at forberede sig til at missionere nu og i fremtiden?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorumsmede.*

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Bed de unge mænd om at fortælle, undervise og vidne om oplevelser, de har haft ved at anvende det, de har lært i den foregående uges lektion.
- Bed de unge mænd om bønsumt at overveje venner, familiemedlemmer eller mindre aktive kvorumsmødemlemmer, som de kunne indbyde til at komme til Kristus. Lad dem nedskrive disse navne i deres Pligt mod Gud-hæfte (se s. 28-29, 52-53, 76-77). Tilskynd de unge mænd til virkelig at lytte efter de tilskyndelser, som de modtager i løbet af denne lektion, om, hvad de kan gøre for at fortælle disse personer om evangeliet.

---

## Lær sammen

*Formålet med denne lektion er at hjælpe de unge mænd til hver især at forberede sig til en livslang tjeneste som missionær. Afsæt tid under kvorumsmødet til, at de unge mænd kan nedskrive planer i deres hæfte Pligt mod Gud. Bed dem om at fortælle hinanden om deres planer, og bed dem ved kommende kvorumsmøder om at gengive de oplevelser, de har haft, når de har forberedt sig til at blive missionær og indbudt andre til at komme til Kristus.*

- Vis de unge mænd en kuffert, og bed dem om at tale om, hvilke ting de får brug for på en mission (fx hvide skjorter, jakkesæt, sko og så videre). Bed dem om at lave en liste over, hvad de får brug for på deres mission, som de ikke kan lægge i en kuffert. Lad dem supplere deres liste med svar, som de finder i Alma 17:2-3 og Lære og Pagter 4. Spørg de unge mænd, hvad de kan gøre for at udvikle disse egenskaber, når de forbereder sig til at være missionær.
- Bed før kvorumsmødet hver af de unge mænd om at tage en ting eller et billede med der repræsenterer en velsignelse, som evangeliet har bragt dem. Læs under kvorumsmødet sammen beretningen om ældste David A. Bednars sønner i hans tale »Kom og se«. Hvorfor var den yngste bror så ivrig efter at vikle bandager om sine venners arme? Lad de unge mænd fortælle om deres medbragte ting eller billede og beskrive den velsignelse, det repræsenterer. Opmuntr dem til at tænke på nogle mennesker, de kender, der ikke har fået disse velsignelser, og bed dem om at planlægge, hvordan de vil fortælle dem om evangeliet.
- Bed de unge mænd om sammen i kvorummet at læse ældste M. Russell Ballards opfordring i hans tale »Sæt din lid til Herren« (i de to afsnit der begynder med »Nøglen er at blive

### Undervisningstip

»Vær forsigtig med ikke at afslutte gode samtaler for hurtigt for at forsøge at nå alt det, som du har forberedt. Selv om det er vigtigt at gennemgå alt materialet, er det vigtigere at hjælpe eleverne til at mærke Åndens påvirkning, afklare deres spørgsmål, øge deres forståelse for evangeliet og styrke deres beslutning om at holde befalingerne« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 64).

inspireret af Gud«). Fortæl om en oplevelse, du har haft, fordi du har taget imod denne opfordring, og tilskynd de unge mænd til at fortælle om deres oplevelser. Afsæt tid til at lade dem tænke på nogen, som de kan række ud til og indbyde til at komme til Kristus.

- Skriv på tavlen: »Hvad kan jeg gøre for bedst muligt at forberede mig til at tjene som fuldtidsmissionær?« Bed de unge mænd om at komme med mulige svar. Lad dem se, hvordan ældste David A. Bednar besvarede dette spørgsmål i sin tale »Bliv missionær«. Bed dem om at gennemse talen og se efter, hvordan de kan blive missionær, før de tager på mission. Vis en

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvad de kan gøre nu for at forberede sig til at være missionær fremover? Hvilke andre følelser eller indtryk har de fået? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bede de unge mænd i deres *Pligt mod Gud*-hæfte at skrive, hvad de vil gøre for at indbyde nogen til at komme til Kristus (se s. 28-29, 52-53, 76-77), og bed derpå nogle få kvorumsmedlemmer om at fortælle, hvad de skrev.

af de videoer, der er foreslået i dette oplæg, og bed kvorumsmedlemmerne om at fortælle, hvordan oplevelser som disse kan forberede dem til at være missionær.

- Bed før kvorumsmødet de unge mænd om at forberede sig på at fortælle om et eksempel på missionering i skrifterne (fx dem, der er foreslået i dette oplæg). Når de gengiver deres beretninger, så spørg dem, hvad de lærte om at fortælle om evangeliet. Hvad gjorde personerne i disse beretninger for at forkynde evangeliet? Hvordan påvirkede deres forkyndelse andre mennesker? Hvad føler de unge mænd sig inspireret til at gøre for at følge disse missionærers eksempel?

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren indbød andre til at vidne om de sandheder, de lærte, så Ånden kunne røre deres hjerte. »Hvem siger I, at jeg er?« spurgte han. Peters vidnesbyrd blev styrket, da han svarede: »Du er Kristus, den levende Guds søn« (Matt 16:15-16). Hvordan kan vidnesbyrdet hos de unge mænd i kvorummet blive styrket ved at forkynde evangeliet?



## Hvordan kan jeg blive en bedre hjemmelærer?

Vi bliver som præstedømmebærere befalet at »lære [vores] pligt« og »handle med al flid« (L&P 107:99). En af de vigtigste pligter som bærere af Det Aronske Præstedømme er pligten til at opfordre alle til at komme til Kristus (se L&P 20:59). Præster og lærere har yderligere pligt til at »besøge hvert medlems hjem« og »våge over kirken og at være hos dem og styrke dem« (L&P 20:47, 53). En af de måder, vi udfylder disse pligter på, er ved at tjene som hjemmelærere. Vi yder det bedste som hjemmelærere, når vi elsker, våger over og styrker dem, vi er blevet bedt om at undervise.

Hvad har du gjort for at blive en bedre hjemmelærer? Hvordan har hjemmeundervisning været til velsignelse for dig og andre? Hvilke oplevelser kan du fortælle de unge mænd om?

Hvad er de unge mænds holdning til hjemmeundervisning? Hvilke oplevelser kan de fortælle hinanden om?

*Bemærk:* I din forberedelse af denne lektion kan du overveje at bede de kворumsmedlemmer, der tjener som hjemmelærere, om at invitere deres hjemmelærerkammerat til at deltage i dette kворumsmøde og være med i drøftelsen om, hvordan man bliver en bedre hjemmelærer.

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og hjælpemidler. Hvad vil inspirere de unge mænd til at blive en bedre hjemmelærer?*

*Udførelse af min Pligt mod Gud, 2010, s. 28-29, 52-53, 76-77*

Alma 18:12-40; 22:4-18 (Eksempler med Ammon og Aron)

L&P 20:46-59 (Aronske Præstedømmebærere har en pligt til at indbyde alle til at komme til Kristus)

Thomas S. Monson, »Sande hyrder«, *Liahona*, nov. 2013

»Hjemmelæreres ansvar«, *Håndbog 2: Forvaltning af Kirken*, 2010, 7.4.1

»Undervisningen i hjemmeundervisning«, *Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 145-146

Video: »Hjemmeundervisning: Opmuntre bærere af Det Aronske Præstedømme«

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kворummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kворumsmøde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Lad de unge mænd fortælle, hvad de har gjort for at udføre eventuelle opgaver, som de fik i sidste uge.
- Bed de unge mænd om at fortælle om oplevelser, de har haft som hjemmelærere, eller når de har fået besøg af hjemmelærere. Hvorfor beder Herren præstedømmebærere om at besøge familier som hjemmelærere?

---

## Lær sammen

Formålet med denne lektion er at hjælpe de unge mænd til hver især at lave en plan for at blive bedre hjemmelærere. Giv de unge mænd tid under kворumsmødet til at nedskrive deres plan i *Pligt mod Gud-hæftet*. Bed dem om at fortælle hinanden om deres ideer. Bed dem ved et kommende kворumsmøde om at fortælle om de oplevelser, de har haft, når de har virket som hjemmelærere.

- Læs sammen Lære og Pagter 20:53, og bed de unge mænd om at lave en liste over (eller tegne et billede af), hvordan hjemmelærere har mulighed for »altid at våge over kirken og at være hos dem og styrke dem«. Hvordan kan de unge mænd blive bedre hjemmelærere? Overvej at bede biskoppen, højpræsternes gruppeleder eller ældsternes kворumspræsident om at komme og tale med kворummet om, hvordan man er en god hjemmelærer (se *Pligt mod Gud*, s. 52, 76). Overvej at bede de unge mænd om på forhånd at tænke på spørgsmål vedrørende hjemmeundervisning, som de kunne stille disse ledere. Lad de unge mænd slå op på afsnittet »Udfør« i deres *Pligt mod Gud*-hæfte (s. 53 eller 77) og lægge planer om at blive en bedre hjemmelærer.
- Bed de unge mænd om hver især at læse en af beretningerne fra præsident

Thomas S. Monsons tale »Sande hyrder«. Bed dem om hver især at stille sig op foran i lokalet og genfortælle beretningen med deres egne ord, og fortælle, hvad de lærer om, hvordan de kan blive en bedre hjemmelærer.

- Del kворummet op i to grupper, og bed hver gruppe om at lave en liste over, hvordan de kan forbedre sig som hjemmelærere. Bed efter et par minutter den ene gruppe om at læse »Undervisningen i hjemmeundervisning« i *Undervisning, den største kaldelse*, s. 145-146 og supplere deres liste. Bed den anden gruppe om at læse afsnit 7.4.1 i *Håndbog 2* og supplere deres liste. Bed grupperne om at fortælle om deres liste, og tilskynd de unge mænd til hver især at vælge en ting fra listen, som de vil arbejde på inden deres næste hjemmelærerbesøg. Lad kворumsmedlemmerne lave et rollespil over et godt hjemmelærerbesøg.

## Undervisningstip

»Du kan hjælpe dem, som du underviser, til at føle sig mere tillidsfulde med hensyn til deres evne til at deltage i en samtale, hvis du svarer positivt på alle seriøse kommentarer. Du kan for eksempel sige: ›Tak for dit svar. Det var meget eftertænksomt‹ eller ... ›Det er et godt eksempel‹ eller: ›Jeg sætter pris på det, som I alle sammen har sagt i dag« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 64).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren var i enhver henseende det fuldkomne eksempel og mentor for dem, han underviste. Hvordan kan de unge mænd lære af dit eksempel – og andre Melkisedekske Præstedømmebæreres eksempel – i deres bestræbelser på at udføre deres pligter som hjemmelærere?

- Vis videoen »Hjemmeundervisning: Opmuntre bærere af Det Aronske Præstedømme«, og bed de unge mænd om at se efter, hvordan bærere af Det Aronske Præstedømme kan deltage i hjemmeundervisning. Hvilke oplevelser kan de unge mænd fortælle om, der minder om dem, som de ser i videoen? Hvad lærer de unge mænd af denne video, der kan hjælpe dem til at blive bedre hjemmelærere?

- Bed den ene halvdel af kvorummet om at læse om Ammon i Alma

18:12-40, og bed den anden halvdel om at læse om Aron i Alma 22:4-18. Bed dem om at se efter og fortælle, hvad de lærte af Ammon og Aron, der kunne hjælpe dem til at blive bedre hjemmelærere for eksempel den måde de underviste ved Ånden, underviste med kærlighed, tilpassede deres undervisning for at imødekomme behov, bar vidnesbyrd, brugte skrifterne, stillede spørgsmål og så videre. (Dette forslag er tilpasset efter et forslag til personligt studium fra *Forkynd mit evangelium*, s. 193).

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan blive bedre hjemmelærere? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Hjælpe kvorummet til at forberede en kort præsentation om hjemmeundervisning ud fra det, som de har lært i dag. De kan præsentere det for

ældsternes kvorum ved et kommende kvorums møde.

- Forklare, at de i de kommende uger vil blive bedt om at fortælle om de oplevelser, som de har.



## Hvordan ønsker vor himmelske Fader, at jeg bruger mine åndelige gaver?

Åndelige gaver er velsignelser eller evner givet ved Helligåndens kraft. Som vor himmelske Faders børn har vi alle sammen åndelige gaver. Gud giver os disse gaver, så vi kan tjene andre og hjælpe til at opbygge hans rige. Han har befalet os til flittigt at søge efter og udvikle vore åndelige gaver.

Hvilke åndelige gaver har du? Hvordan er du og andre blevet velsignet af dem, især i din præstedømmetjeneste? Hvordan er du blevet velsignet af andres åndelige gaver? Hvordan har du genkendt dine gaver?

Hvorfor er det vigtigt for de unge mænd at kende deres åndelige gaver? Hvordan kan de anvende dem i udførelsen af deres præstedømmepligter? Hvordan vil dette hjælpe dem til at forberede sig til deres kommende roller, hjem og familie?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

### Forbered dig åndeligt

*Når du studerer disse skriftsteder og andre hjælpemidler om åndelige gaver, så vær opmærksom på, hvordan du kan hjælpe de unge mænd til at anerkende deres gaver og bruge dem til at velsigne andre.*

1 Kor 12:3-27; Moro 10:8-18; L&P 46:8-25 (Åndens gaver)

David A. Bednar, »Hurtig til at opfatte«, *Liahona*, dec. 2006, s. 14-20

»Åndelige gaver«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 184-186

»Åndens gaver«, *Evangeliske principper*, 2009, s. 123-129

Video: »En usædvanlig gave«,

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af koorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om koorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet koorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til koorumsmøde.*



---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om hver især at skrive en sætning, der bedst muligt sammenfatter sidste uges lektion, og gengive den for kvorummet.
  - Medbring en flot indpakket æske, hvori der er et stykke papir med ordene »Lære og Pagter 46:8-9« på.
- Bed de unge mænd om at tænke over, hvad der mon er inde i æsken. Bed en af dem om at åbne æsken og læse skriftstedet. Hvad er »de bedste gaver«? Hvad må vi gøre for at få dem? Tilskynd de unge mænd til at tænke over disse spørgsmål i løbet af lektionen.

---

## Lær sammen

Ud fra forslagene herunder kan kvorumsmedlemmerne lære om *Åndens gaver*. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Del kvorummet op i grupper, og giv hver gruppe et af de skriftsteder, der er foreslået i dette oplæg. Bed hver gruppe om at lave en liste over de åndelige gaver, der er nævnt i deres skriftsteder, og finde ud af, hvorfor Gud giver os åndelige gaver. Bed en ung mand fra hver gruppe om at fortælle, hvad hans gruppe fandt frem til. Hvilke af disse gaver har de unge mænd har modtaget deres patriarkalske velsignelse, så foreslå, at de læser deres velsignelse senere for at finde ud af, hvilke åndelige gaver de har fået). Hvilke gaver vil de gerne have? Hvordan kunne disse gaver hjælpe dem, så de kan udføre deres præstedømmeplichter på en bedre måde?
- Lad de unge mænd læse listen over åndelige gaver i 1 Korinter 12:8-10, Moroni 10:9-16 eller Lære og Pagter 46:13-25 og finde de gaver, som de gerne vil lære mere om. Afsæt tid til, at de kan studere den gave, som de valgte, ved hjælp af hjælpeklender såsom »Åndens gaver« i *Evangeliske principper* (s. 123-129), »Åndelige gaver« i *Tro mod sandheden* (s. 184-186) eller Guide til Skrifterne. Lad dem fortælle, hvad de har fundet frem til. Hvordan kan disse gaver bruges til at opbygge Guds rige?
- Bed de unge mænd om at nævne forskellige positioner på et sportshold (såsom et fodbold- eller basketballhold). Hvordan medvirker hver spiller til, at holdet kan vinde? Bed dem om at læse 1 Korinter 12:12-21, hvor Paulus sammenligner Kirken med et legeme. Hvad lærer de unge mænd af disse sammenligninger om, hvordan vi skal bruge vore åndelige gaver til at opbygge Guds rige? Fortæl om de åndelige gaver, som du har set hos kvorumsmedlemmerne (se for eksempel v. 8-10 eller listen i begyndelsen af ældste David A. Bednars tale »Hurtig

### Undervisningstip

»Du må aldrig gøre nar af eller kritisere et spørgsmål eller kommentar, men vis venlighed og kærlighed, idet du gør dit bedste for at svare. Når folk føler, at der sættes pris på deres kommentarer, vil de føler sig mere frie til at fortælle om deres erfaringer, følelser og vidnesbyrd« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 64-65).

til at opfatte«). Bed kvorumspræsidenten om at lede en samtale om, hvordan kvorummet sammen kan arbejde på at benytte deres gaver til at tjene andre og hjælpe til at opbygge Guds rige.

- Bed de unge mænd om at gennemgå listen over åndelige gaver på s. 184-185 i *Tro mod sandheden* og vælge en eller flere, som de gerne vil udvikle. Bed dem om at forklare, hvorfor de valgte disse gaver. Hvordan udvikler vi åndelige gaver? Bed de unge mænd om at læse Lære og Pagter 46:7-12 og »Vi kan udvikle vore gaver« i *Evangeliske principper*, s. 127-128. Lad dem fortælle, hvad de har fundet frem til. Hvad lærer de unge mænd i Lære og Pagter 46:9 om, hvem der kan få åndelige gaver?

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Har de en større forståelse af åndelige gaver? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Opfordre de unge mænd til denne uge at bruge en af deres åndelige gaver til at velsigne nogen, de kender.
- Fortælle, hvad han planlægger at gøre for at udvikle åndelige gaver, og opfordre kvorumsmedlemmerne til at lægge deres egne planer.

- Vis en af videoerne i dette oplæg og bed de unge mænd om at tænke på hvert medlem af kvorummet, og derpå fortælle om et talent eller gave, som de ser hos dem (sørg for, at det er de unge mænds gode kvaliteter, der bliver fortalt om). Bed de unge mænd om at læse Matthæus 25:14-30, eller bed et medlem af kvorummet om at genfortælle lignelsen om talenterne. Hvad er sammenhængen mellem denne lignelse og de gaver, Gud har givet os? Hvordan kan vi som præstedømmebærere bruge vore talenter til at tjene andre og udføre vore præstedømmepligter? Lad de unge mænd nedskrive deres tanker, og bed nogle få af dem om at fortælle kvorummet, hvad de har skrevet.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren kendte sine disciple. Han fandt særskilte måder, hvorpå han kunne hjælpe dem til at lære og udvikle sig. Når de kæmpede, gav han ikke op, men blev ved med at elske dem og tjene dem (se Mark 9:24). Hjælp de unge mænd til at forstå, hvem de er, og hvilke gaver de har. Tilskynd dem til at finde ud af, hvordan de kan bruge disse gaver til at velsigne andre.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra David A. Bednar, »Hurtig til at opfatte«, Liahona, dec. 2006, s. 14-20*

Til oktoberkonferencen 1987 talte ældste Marvin J. Ashton, et medlem af De Tolv Apostles Kvorum, om åndelige gaver. Jeg mindes med glæde det indtryk, som hans budskab gjorde på mig dengang, og det, som han forkyndte dengang, øver stadig indflydelse på mit liv i dag. I sit budskab opremsede og beskrev ældste Ashton en række mindre iøjnefaldende åndelige gaver – egenskaber og evner, som de færreste af

os ville regne for åndelige gaver. For eksempel fremhævede ældste Ashton gaven at spørge; gaven at lytte, gaven at høre og anvende den stille, sagte røst, gaven at være i stand til at græde, gaven at undgå splid, gaven at være venlig, gaven at undgå tomme ord, gaven at stræbe efter retfærdighed, gaven at søge Guds vejledning, gaven at være discipel, gaven at vise omsorg for andre, gaven at kunne fundere, gaven at bære stærke vidnesbyrd og gaven at modtage Helligånden« (se »Der er mange gaver, *Stjernen*, jan. 1988, s. 17).



# Hvordan kan jeg forberede mig til at skabe et kristuscentreret hjem?

Når vi opbygger Guds rige, må vi begynde med at skabe et retskaffent hjem og familie. Familien er den vigtigste enhed i Kirken. Som medlemmer af Kirken bør vi skabe et hjem, hvor Ånden er til stede. Et hjem centreret om Kristus giver os et værn mod synd, et tilflugtssted fra verden og oprigtig, ægte kærlighed. Hvad enten vores hjem er stort eller småt, så kan det være »et bønnens hus, et fastens hus, et troens hus, et undervisningsens hus, et herlighedens hus, et ordens hus, et Guds hus« (L&P 88:119).

---

## Forbered dig åndeligt

Hvad gør du for at gøre dit hjem til et værn mod synd og et tilflugtssted fra verden? Hvad gør du for at undervise dine børn og familie i evangeliet?

Tænk på de unge mænds forhold i hjemmet. Hvilke oplevelser har de nu, der vil hjælpe dem til at stifte deres egen retskafne familie?

*Hvilke skriftsteder og taler kan hjælpe de unge mænd til at forberede sig til at skabe et kristuscentreret hjem?*

1 Ne 1:1; En 1:1-3; Mosi 27:14 (Ret-skafne fædres påvirkning)

Richard G. Scott, »Et fredfyldt hjem«, *Liahona*, maj 2013, s. 29-31

Sl 127:3; Mosi 4:14-15; L&P 68:25-28; 88:119; 93:40 (Forældre får befaling om at undervise og nære deres børn)

David A. Bednar, »Himlens kræfter«, *Liahona*, maj 2012, s. 48-51

»Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129

»Familie«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 14-15

Henry B. Eyring, »Til mine børnebørn«, *Liahona*, nov. 2013

Video: »En virkelig far«

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Skriv spørgsmålet fra sidste uges lektion på tavlen, og spørg de unge mænd, hvordan de vil besvare dette spørgsmål.
- Bed de unge mænd om at fortælle, hvordan et hjem ville være, hvis det var blevet indrettet af nogen, der elsker musik (eller film eller sport).

Hvad ville de unge mænd forvente at se der? Hvordan ville de have det der? Spørg dem, hvordan de tror, at et kristuscenteret hjem er. Hvordan ville det skille sig ud? Hvad vil de se der? Hvordan vil de føle der? Bed dem om at besvare spørgsmålet: »Hvordan kan jeg forberede mig til at stifte et kristuscenteret hjem?«

---

## Lær sammen

*Af forslagene herunder kan kворumsmedlemmerne vide, hvordan de kan skabe et kristuscenteret hjem. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:*

- Læs Mosija 4:14-15 sammen i kvorummet, og lav en liste på tavlen over de principper fra versene, der vil hjælpe de unge mænd til at skabe et kristuscenteret hjem. Vis en eller begge de videoer, der er nævnt i dette oplæg. Bed de unge mænd om at anse sig selv som fædre, når de ser videoen. Bed efter hver video de unge mænd om at drøfte, hvad hovedbudskabet er, og hvilke yderligere principper de lærer, som vil hjælpe dem til at skabe et kristuscenteret hjem. Overvej at føje disse principper til listen på tavlen. Lad dem fortælle om eksempler på disse principper, som de har set i deres egen familie eller i andre familier.
- Bed en ung mand om at læse Lære og Pagter 88:119 og skrive principperne for et retskaffent hjem på tavlen. Bed de unge mænd om at vælge

et af disse principper og fortælle, hvordan de mener, at dette princip kan anvendes i et retskaffent hjem. Bed dem om at fortælle om eksempler, som de har set. Hvad kan de unge mænd gøre for at indføre disse principper i deres nuværende hjem og i deres kommende hjem? Læs som led i denne drøftelse afsnittet »Hjælp min mand til at forstå« fra ældste David A. Bednars tale »Himlens kræfter«. Spørg de unge mænd, hvad de tror, det vil sige at være en præstedømmeleder i hjemmet.

- Bed de unge mænd om at tænke på betydningsfulde fædre i Mormons Bog (find eksempler ved at se skriftstederne i dette oplæg). Bed de unge mænd om at nævne nogle flere egenskaber, som deres far eller andre fædre, de kender, har, som de gerne vil efterligne. Hvilken rolle spiller

### Undervisningstip

»Samtaler i små grupper [kan] straks inddrage dem, der synes at miste interessen og koncentrationen« (Undervisning, den største kaldelse, 2000, s. 72).

fædre i at opbygge Guds rige? Hvad gjorde disse fædre, der påvirkede deres børn positivt? Hvad kan de unge mænd gøre for at følge deres eksempler?

- Bed de unge mænd om på tavlen at skrive deres bedste råd til et par, der skal giftes snart. Del præsident Henry B. Eyrings tale »Til mine børnebørn« op i mindre dele, og giv dem til de unge mænd. Bed dem om at føje til listen på tavlen, efterhånden som de finder ting i præsident Eyrings tale, og derpå drøfte, hvad de kan gøre nu for at forberede sig til at skabe et kristuscentreret hjem.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan skabe et kristuscentreret hjem? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Fortælle, hvad han gør nu for at forberede sig til at skabe et kristuscentreret hjem.
- Opfordre kvorumsmedlemmerne til at gøre noget, der vil styrke deres hjem.

- Del kvorummet op i grupper, og fordel ældste Richard G. Scotts tale »Et fredfyldt hjem« blandt grupperne. Bed grupperne om at læse deres del af talen og finde beskrivelser af eller egenskaber ved et kristuscentreret hjem. Lad dem gengive, hvad de fandt frem til, ved at tegne billeder af, hvordan et kristuscentreret hjem er. Hvad kan de unge mænd foretage sig nu for at gøre deres hjem mere kristuscentreret? Hvordan kan de forberede sig til at skabe et kristuscentreret hjem i fremtiden?

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stillede sine tilhængere spørgsmål, der førte til dybsindige tanker og følelser hos dem. Han stolede på dem og forberedte dem. Overvej, hvordan du vil hjælpe de unge mænd til at forstå betydningen af at opdrage retskafne efterkommere og forberede sig til at skabe et kristuscentreret hjem.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Henry B. Eyring, »Til mine børnebørn«, Liahona, nov. 2013*

Vor himmelske Fader har skabt os som unikke væsener. Ikke to af os har helt de samme erfaringer. Ikke to familier er ens. Derfor er det næppe overraskende, at det er svært at rådgive om lykke i familielivet. Alligevel har en kærlig himmelsk Fader anvist en vej til lykke for alle sine børn. Der er dog kun en plan for lykke trods vore personlige forskelligheder og erfaringer. Planen går ud på at følge alle Guds bud.

For os alle, deriblandt mine børnebørn, som går i giftetanker, er der en overordnet befaling, som kan hjælpe os, når vi møder udfordringer, og som vil føre til et lykkeligt familieliv. Den gælder i alle livets forhold. Den gentages skriften igennem og i profeternes belæring i vor tid. Herrens råd til alle, som ønsker at leve lykkeligt sammen for evigt, formuleres således i Bibelen:

»Og en af dem, en lovkyndig, spurgte ham for at sætte ham på prøve:

›Mester, hvad er det største bud i loven?‹

Han sagde til ham: ›Du skal elske Herren din Gud af hele dit hjerte og af hele din sjæl og af hele dit sind.‹

Det er det største og det første bud.

Men der er et andet, som står lige med det: ›Du skal elske din næste som dig selv.‹

På de to bud hviler hele loven og profeterne‹‹ (Matt 22:35-40).

Ud fra denne enkle udtalelse er det ikke svært at sammenfatte det, jeg har lært om, hvilke valg der fører til lykkelige familier. Jeg indleder med et spørgsmål: »Hvilke valg har ført til, at jeg elsker Herren af hele mit hjerte, sjæl og sind?« For mig har det været at vælge at anbringe mig der, hvor jeg følte den glæde ved tilgivelse, der kommer gennem Herrens sonoffer.

*Uddrag fra »Familien: En proklamation til verden«, Liahona, nov. 2010, s. 129*

Familien er indstiftet af Gud. Ægteskabet mellem mand og kvinde er grundlæggende i hans evige plan. Børn har ret til at blive født inden for ægteskabets rammer og blive opdraget af en far og en mor, som ærer deres ægteskabsløfter med fuldstændig troskab.« Lykke i familielivet vil med størst sandsynlighed opnås, når det baseres på Herren Jesu Kristi lærdomme. Vellykkede ægteskaber og familier opbygges og bevares ved tro, bøn, omvendelse, tilgivelse, respekt, kærlighed, barmhjertighed, arbejde og sunde fritidsbeskæftigelser. I henhold til den guddommelige plan skal fædre lede deres familier i kærlighed og retskaffenhed og har ansvaret for at sørge for livets fornødenheder samt beskytte deres familier. Mødre har primært ansvaret for at opdrage deres børn. I disse hellige ansvar er fædre og mødre forpligtet til at hjælpe hinanden som jævnbyrdige partnere. Uarbejdsdygtighed, dødsfald eller andre omstændigheder kan nødvendiggøre individuelle tilpasninger. Den øvrige familie bør hjælpe til, når der er behov herfor.



## Hvad kan jeg gøre for at hjælpe nye medlemmer af Kirken?

For mange mennesker er det udfordrende at blive medlem af Kirken. Det kan omfatte at vende ryggen til gamle venskaber og værne sig til en ny livsførelse. Alle nye medlemmer af Kirken har brug for en ven, et ansvar og næring gennem »Guds gode ord« (Moro 6:4). Vi kan hjælpe nye medlemmer ved at være venner med dem, tjene sammen med dem og bære vores vidnesbyrd for dem.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studer bønssomt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad føler du dig inspireret til at formidle til de unge mænd?*

Luk 22:32; Roms 15:1-2; Moro 6:4-5; L&P 81:5; 108:7 (Styrk de andre hellige)

Neill F. Marriott, »Hvad skal vi gøre?«, *Liahona*, maj 2016, s. 10-12

Neil L. Andersen, »Den, der tager imod dette barn i mit navn, tager imod mig«, *Liahona*, maj 2016, s. 49-52

»Venner«, *Til styrke for de unge*, 2011, s. 16-17

Video: »Missionering og fastholdelse: Georgia Elias,« »Hjælp nye medlemmer med at bringe et navn til templet«

Hvad har du gjort for at styrke nye medlemmer? Hvad gjorde andre for at hjælpe dig, da du var blevet døbt?

Er der nogle unge mænd i dit kворum, der er nye medlemmer af Kirken? Hvordan har de tilpasset sig rollen som medlem af Kirken? Hvordan har andre unge mænd hjulpet dem?

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvoorumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.



---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Del de unge mænd op parvis, og giv dem et par minutter til at tale om, hvad de husker fra sidste uges lektion. Bed et par om at fortælle kvorrummet, hvad de husker.
- Bed de unge mænd om at beskrive, hvordan de har det, når de skal prøve noget nyt, såsom den første dag i en ny klasse, når de begynder i en klub eller på et hold eller begynder i et nyt job. Bed dem om at drøfte, hvordan disse følelser minder om dem, som nye medlemmer af Kirken har. Lad dem fortælle om lignende oplevelser, som de har haft, enten som nye medlemmer eller sammen med nye medlemmer.

---

## Lær sammen

*Af forslagene herunder kan kvorumsmedlemmerne lære, hvordan de kan styrke nye medlemmer. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:*

- Bed de unge mænd om at forestille sig eller tænke på et medlem af Kirken, der rækker ud til nyomvendte, der måske kommer fra andre forhold end det medlem. De kan lave en liste på tavlen over ting, som dette medlem af Kirken kunne gøre eller ikke gøre for at få den nyomvendte til at føle sig velkommen. Ældste Neil L. Andersen fortalte i »Den, der tager imod dette barn i mit navn, tager imod mig« flere historier om folk, der rakte ud til nye medlemmer, og søster Neill F. Marriott fortalte i »Hvad skal vi gøre?« om den velkomst, hun fik som nyomvendt af sin mands stedbedstemor. Hvad kan de unge mænd lære af disse historier, som de kan føje til deres liste?
- Lad de unge mænd se videoen »Missionering og fastholdelse: Georgia Elias« og se efter, hvad de gjorde i Georgias nye menighed for at hjælpe hende til at forblive stærk i evangeliet efter hendes dåb. Hvad lærer de ellers af Georgias situation, der kan hjælpe dem til at styrke nye medlemmer? Lad de unge mænd tænke over de nye medlemmer i deres menighed. Hvilke spørgsmål kunne

### Undervisningstip

»Bed, inden lektionen begynder, en eller to personer om at høre godt efter og forberede sig til at hjælpe med at give en sammenfatning af lektionens hovedpunkter eller hele lektionen« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 94).

de have? Hvordan kan kvorums-medlemmerne hjælpe dem? Som en del af denne samtale kan I eventuelt se og tale om videoen »Hjælp nye medlemmer med at bringe et navn til templet«.

- Bed de unge mænd om at læse »Venner« i *Til styrke for de unge* og finde svar på spørgsmålet: »Hvad vil det sige at være en rigtig ven?« Bed dem om at fortælle, hvad de fandt frem til, og fortælle om en oplevelse, hvor nogen var en rigtig ven over for dem. Hvorfor er det særligt vigtigt

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan styrke de nye medlemmer? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd om vigtigheden af at blive venner med nye medlemmer.
- Opfordre de unge mænd til at sætte et personligt mål i deres *Pligt mod*

for os, at vi er gode venner med de nye medlemmer af Kirken? Bed de unge mænd om at lave en liste over de nye medlemmer, som de kender, og drøfte, hvordan de kan anvende rådene fra *Til styrke for de unge* for at blive deres ven.

- Tilskynd kvorummet til at fuldføre et af de følgende studieforslag fra *Forkynd mit evangelium*, side 222: Det andet punkt i »Personligt studium« eller det tredje forslag til »Fællesstudium«.

*Gud-hæfte om at blive ven med de nye medlemmer (se »Indbyd alle til at komme til Kristus«, s. 28-29, 52-53 eller 76-77)*

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren gav sine tilhængere mulighed for at lære gennem berigende oplevelser. Da han viste sig for nefitterne, indbød han dem til at komme hen til sig en efter en, så de kunne se, føle og selv vide, at det var ham. Når du underviser de unge mænd, så tilskynd dem til at være venner med, tjene og bære vidnesbyrd for nye medlemmer af Kirken.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra Neill F. Marriott, »Hvad skal vi gøre?«, Liahona, maj 2016, s. 10*

Da jeg blev født, plantede mine forældre et magnoliatræ i baghaven, så der kunne være magnolier til mit bryllup, der skulle afholdes i mine forfædres protestantiske kirke. Men på min bryllupsdag stod ingen forældre ved min side, og der var ingen magnolier, for jeg havde været medlem af Kirken i et år og rejste til Salt Lake City i Utah for at modtage min tempelbegavelse og blive besejlet til David, min forlovede.

Da jeg forlod Louisiana og nærmede mig Utah, fejede en følelse af hjemløshed gennem mig. Før brylluppet skulle jeg bo hos Davids stedbedstemor, som lidt kært blev kaldt tante Carol.

Her var jeg, en fremmed i Utah, som skulle bo i en fremmeds hus, før jeg blev besejlet – for al evighed – til en familie, jeg knap kendte. (Det var godt, at jeg elskede og stolede på min kommende mand og Herren)!

Da jeg stod ved fordøren til tante Carols hus, ønskede jeg bare at forsvinde. Døren åbnedes – jeg stod der som en skræmt kanin – og tante Carol rakte uden at sige et ord ud og tog mig i sine arme. Hun, som selv ingen børn havde, vidste – hendes støttende hjerte vidste – at jeg havde brug for at høre til et sted. Det var et øjeblik med trøst og godhed! Min frygt fortog sig, og jeg fik en følelse af at være forankret et åndeligt sikkert sted.

Kærlighed er at gøre plads i dit liv til en anden, som tante Carol gjorde for mig.



## Hvordan kan jeg hjælpe mine mindre aktive venner til at komme tilbage til Kirken?

En af vore pligter som præstedømmebærere er at række ud til kворumsmedlemmer og venner, der ikke kommer i Kirken. Præsident Monson har ofte bedt os om at »komme til undsætning« (»Til undsætning«, *Liahona*, maj 2001, s. 57). Vi kan hjælpe vore mindre aktive venner ved at sikre os, at de mærker vores oprigtige kærlighed og omsorg ved at bære vores vidnesbyrd for dem gennem ord og handlinger og ved at inddrage dem i vore aktiviteter.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønssomt disse skriftsteder og andre hjælpekilder. Hvad føler du dig inspireret til at videregive til de unge mænd?*

Luk 15 (Lignelsen om det mistede får, den tabte mønt og den fortabte søn)

Alma 31:34-35; L&P 18:10, 14-16 (Sjælens værdi er stor)

L&P 20:46-47, 53-55 (Det Aronske Præstedømmes pligter)

Mervyn B. Arnold, »Til undsætning: Vi kan klare det«, *Liahona*, maj 2016, s. 53-55

Thomas S. Monson, »Se andre som det, de kan blive«, *Liahona*, nov. 2012, s. 68-71

Dieter F. Uchtdorf, »Kom, slut jer til os!«, *Liahona*, nov. 2013, s. 21-24

Videoer: »Vi er brødre«, »Hjælp andre tilbage til Kirken«,

Hvilke oplevelser har du haft med at hjælpe personer, der var mindre aktive? Hvad har du lært af disse oplevelser, der kan hjælpe de unge mænd i deres bestræbelser på at række ud til deres mindre aktive venner?

Hvilke kворumsmedlemmer kommer ikke regelmæssigt? Hvad ved kворumsmedlemmerne om dem? Hvordan kan du inspirere kворumsmedlemmerne til at række ud til dem?

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvoorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kvoorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvoorums møde.*

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle, hvad de har gjort for at udføre eventuelle opgaver, som de fik i sidste uge.
- Vis en af de videoer, der er foreslået i dette oplæg, eller fortæl om en oplevelse, som du har haft med at hjælpe en mindre aktiv en eller familiemedlem tilbage til Kirken. Bed de unge mænd om at læse Alma 31:34-35 og Lære og Pagter 18:10, 14-16. Hvad lærer vi af disse skriftsteder og oplevelser om vor himmelske Faders følelser for sine børn?

---

## Lær sammen

Alle aktiviteterne herunder kan hjælpe kvorumsmedlemmerne til at forstå, hvordan de kan styrke deres mindre aktive venner. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:

- Bed de unge mænd om at tænke på en situation, hvor de tabte noget meget værdifuldt. Hvad gjorde de for at finde det? Giv hvert af kvorumsmedlemmerne en af de tre lignelser fra Lukas 15 og bed dem læse den. Bed dem om at genfortælle lignelsen med deres egne ord og nævne en vending fra lignelsen, der sammenfatter, hvad Frelseren underviste om i lignelsen. Hvad lærer de unge mænd af hyrdens, kvindens og faderens handlinger i lignelserne? Hvordan kan de unge mænd følge deres eksempel, når de forsøger at hjælpe dem, der er blevet »tabt« fra deres kvorum? Bed de unge mænd om at fortælle om oplevelser med venner eller familiemedlemmer, der er vendt tilbage til Kirken efter at have været mindre aktive.
- Lad de unge mænd læse Lære og Pagter 18:10-13 og bed dem om at fortælle, hvordan de ville fortsætte denne sætning: »Sjæles værdi er stor, fordi ...« Bed de unge mænd om at se i Lære og Pagter 20:46-47 og 53-55, og få dem til at skrive de ord eller vendinger på tavlen, der beskriver deres præstedømmepligter. Hvilke af disse ord beskriver, hvordan vi kan hjælpe kvorumsmedlemmer, der er mindre aktive? Bed kvorumspræsidenten om at lede en drøftelse af, hvad de unge mænd kan gøre for at række ud til mindre aktive kvorumsmedlemmer.
- Bed på forhånd en ung mand om at læse ældste Mervyn B. Arnolds tale »Til undsætning: Vi kan klare det«. Bed ham om at komme forberedt på at fortælle en eller to historier fra talen, der gjorde indtryk på ham. Lad de unge mænd tale om, hvordan historierne gælder for dem som kvorum. Hvem kender de, der ikke er kommet i Kirken? Hvordan kan de arbejde sammen som kvorum for at hjælpe den person til at komme

### Undervisningstip

»At lytte er et udtryk for kærlighed. Det kræver ofte ofre. Når vi virkelig lytter til andre, afstår vi ofte fra at sige det, som vi ønskede, så de kan komme til orde« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 66).

nærmere Frelseren? Du kan også bede dem om at se efter de fire hovedprincipper i ældste Arnolds tale. Kender de nogen, der er et eksempel på disse principper? Hvad kan de gøre for at være som disse mennesker?

- Skriv nogle af de årsager, som folk kommer med for ikke at komme i kirke, på tavlen, som fx: »Jeg tvivler på Kirkens lærdomme«, »jeg passer ikke ind blandt folkene i Kirken«, »jeg tror ikke, at jeg kan leve op til Kirkens standarder«, »jeg kender et medlem af Kirken, der er en hykler« og så videre. Bed de unge mænd om at finde

præsident Dieter F. Uchtdorfs reaktion på disse udtalelser i talen »Kom, slut jer til os!«. Lad de unge mænd lave et rollespil over, hvordan de kan reagere, hvis en ven giver udtryk for en af disse bekymringer.

- Lad de unge mænd hver især læse en af beretningerne i præsident Thomas S. Monsons tale »Se andre som det, de kan blive«, og bed dem om at fortælle, hvad de lærer af denne beretning om at hjælpe vore mindre aktive venner til at vende tilbage til Kirken. Lad kvorummet drøfte, hvordan de kan anvende præsident Monsons råd.

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvordan de kan styrke deres mindre aktive venner? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Rådføre sig med kvorummet om, hvordan de konkret kan invitere mindre aktive medlemmer med i kirke og til GUF.
- Udfordre de unge mænd til at række ud til et mindre aktivt medlem og næste uge rapportere tilbage.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren elskede sine tilhængere, bad for dem og tjente dem til stadighed. Hvem i dit kvorum har brug for mere opmærksomhed, kærlighed og bønner? Hvad kan du gøre for at række ud til dem?

# Udvalgte materialer

---

Uddrag fra Thomas S. Monson, »Se andre som det, de kan blive«, *Liahona*, nov. 2012, s. 68-69

Der findes mange personer, som lige nu kun har et svagt vidnesbyrd om noget overhovedet, som kunne og ville modtage sådan et vidnesbyrd, hvis vi vil være villige til at bære vores vidnesbyrd og hjælpe dem til forandre sig. I nogle tilfælde kan vi være tilskyndelsen til forandring. Jeg nævner først dem, som er medlemmer, men som på nuværende tidspunkt ikke forpligter sig helt til evangeliet.

For mange år siden ved en områdekoneference i Helsinki i Finland hørte jeg et stærkt, mindeværdigt og motiverende budskab ved et møde for mødre og døtre. Jeg har ikke glemt det budskab, selvom der næsten er gået 40 år, siden jeg hørte det. Blandt de mange sandheder, som taleren nævnte, sagde hun, at en kvinde har brug for at få at vide, at hun er smuk. Hun har brug for at få at vide, at hun er værdsat. Hun har brug for at få at vide, at hun er umagen værd.

Brødre, jeg ved, at mænd minder meget om kvinder på det punkt. Vi har brug for at få at vide, at vi betyder noget, at vi er dygtige og umagen værd. Vi har brug for at få mulighed for at tjene. Med hensyn til de medlemmer, som ikke er aktive eller som holder sig tilbage og forbliver uforpligtede, kan vi bønsumt søge efter en måde at række ud til dem. At bede dem tjene på en eller anden måde kan være den opmuntring, som de behøver for at vende tilbage til fuld aktivitet. Men de ledere, som kan hjælpe med dette, er somme tider uvillige til at gøre det. Vi er nødt til at huske, at mennesker kan forandre sig. De kan aflægge dårlige vaner. De kan omvende sig fra overtrædelser. De kan bære præstedømmet

værdigt. Og de kan flittigt tjene Herren. Jeg har et par eksempler.

Da jeg blev medlem af De Tolv Apostles Kvorum, havde jeg mulighed for at ledsage præsident N. Eldon Tanner, rådgiver til præsident David O. McKay, til en stavskonference i Alberta i Canada. Under mødet læste stavspræsidenten navnene op på fire brødre, der var værdige til at blive ordineret til ældste. Det var mænd, som præsident Tanner kendte, for han havde en gang boet i området. Men præsident Tanner kendte og huskede dem, som de en gang var, og vidste ikke, at de havde ændret sig og var værdige til at blive ældste.

Stavspræsidenten læste navnet op på den første mand og bad ham om at stå op. Præsident Tanner hviskede til mig: »Se på ham. Jeg havde aldrig troet, at han ville opnå det.« Stavspræsidenten læste navnet op på den anden mand, og han rejste sig op. Præsident Tanner puffede igen til mig og oplyste mig om sin forbavselse. Og det var det samme for alle fire brødre.

Efter mødet havde præsident Tanner og jeg mulighed for at lykønske disse fire brødre. De havde vist, at mennesker kan forandre sig.

I 1940'erne og 1950'erne var en amerikansk fængselsinspektør, Clinton Duffy, velkendt for sin indsats med at rehabilitere mænd i sit fængsel. En kritiker sagde: »Ved du ikke, at leoparder ikke kan ændre deres pletter?«

Inspektør Duffy svarede: »Du burde vide, at jeg ikke arbejder med leoparder. Jeg arbejder med mænd, og mænd ændrer sig hver dag« (i Bill Sands, *The Seventh Step*, 1967, s. 9).



DECEMBER: OPBYG GUDS RIGE I DE SIDSTE DAGE

## Hvad er Zion?

Herren befaler os at »[søge] at fremme og grundfæste Zions sag« (L&P 6:6). *Zion* henviser til Herrens folk, der er ét af hjerte og ét af sind og lever sammen i retfærdighed. Vi kan grundfæste Zion ved at skabe enighed og åndelig styrke i vores hjem, menighed og i lokalsamfundet.

---

### Forbered dig åndeligt

*Studér bønsumt disse skriftsteder og hjælpeklider. Hvad vil inspirere de unge mænd til at opbygge Zion?*

Hvordan stræber du efter at efterleve Zions principper i dit liv og familie? Hvornår har du følt enighedens ånd i en menighed eller i din familie?

Er de unge mænd i kvorrummet forenet? Hvad kan de gøre for at grundlægge Zion? Hvilke forhindringer vil de stå over for?

Mosi 18:21; L&P 38:27 (Vi bør søge efter enighed)

4 Ne 1:1-18 (Nefitterne og lamanitterne levede sammen i en Zion-liggende tilstand)

L&P 6:6; 11:6; 12:6; 14:6 (Søg efter at grundfæste Zions sag)

L&P 97:21; Moses 7:18 (Hvad er Zion?)

Henry B. Eyring, »Af ét hjerte«, *Liahona*, nov. 2008, s. 68-71

D. Todd Christofferson, »Kom til Zion«, *Liahona*, nov. 2008, s. 37-40

»Zion«, *Tro mod sandheden*, 2005, s. 173-174

Video: »Daytons ben«, »Fortæl om Kristi lys«

---

### Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kvorumspræsidentskabet (eller i præsternes kvorum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kvorummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmeplichter (fra skrifterne og hæftet Pligt mod Gud) og inviterer en vejleder eller et andet kvorumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kunne forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kvorumsmede.*

Se andre forslag til undervisning og læring i tillægget.



---

## Begynd undervisningen

*Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk selv nogle til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:*

- Bed kvorumsmedlemmerne om hver især at færdiggøre denne sætning: »Det, vi lærte sidste uge, var vigtigt for mig, fordi ...«
- Skriv *Zion* på tavlen, og bed de unge mænd om at fortælle, hvilke ord de tænker på, når de tænker på *Zion*. Bed dem om at læse side 173-174 i *Tro mod sandheden* og supplere deres liste. Hvad er vores rolle som præstedømebærere i forbindelse med opbygningen af *Zion*?

---

## Lær sammen

*Alle forslagene herunder vil hjælpe kvorumsmedlemmerne til at lære om *Zion*. Følg *Åndens inspiration*, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i dit kvorum:*

### Undervisningstip

»Vi bør ikke tilskrive Kirkens ledere udsagn uden at bekræfte udsagnetenes kilde. Når vi citerer skriftsteder, bør vi sikre os, at vores brug af dem passer med baggrunden« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 53).

- Læs sammen Moses 7:18-19, og led efter et andet navn for *Zion*. Bed de unge mænd om at forestille sig, hvordan en »Hellighedens By« mon er. Hvordan er den anderledes end den verden, som vi lever i nu? Bed dem om at skrive det på tavlen, der ikke findes i Hellighedens By, og det, der findes i Hellighedens By. Tilskynd dem til at læse 4 Nefi 1:1-18 for at finde ting, som de kan føje til deres liste. Hvad må vi ændre ved os selv, for at vi kan opbygge *Zion*? Hvad kan de unge mænd gøre for at opbygge *Zion* i deres familie? I deres kvorum?
- Bed de unge mænd om at læse Lære og Pagter 6:6; 11:6; 12:6 og 14:6, og finde en vending, der findes i de fire vers. Hvad tror de unge mænd, det betyder at grundfæste *Zions* sag? Vis en af de videoer, der er foreslået i dette oplæg, og bed kvorumsmedlemmerne om at se efter, hvordan de unge mænd i videoen søger at fremme og grundfæste *Zions* sag. Hvad gør indtryk på dem ved disse ungemænds holdning og ønsker? Hvordan kan de følge de ungemænds eksempel for at grundfæste *Zion*?
- Læs de første fem afsnit af ældste D. Todd Christoffersons tale »Kom til *Zion*« sammen i kvorummet, og søg efter svar på spørgsmålet: »Hvad vil det sige at flygte fra *Babylon* og komme til *Zion*?« Del kvorummet op i tre grupper, og bed grupperne om hver at læse et af afsnittene »Enighed«, »Hellighed« og »Omsorg for de fattige«. Lad dem i gruppen tale om, hvad de kan gøre for at anvende disse principper for at opbygge *Zion* i deres kvorum og i deres familie. Bed dem om at fortælle resten af kvorummet, hvad de har drøftet.
- Del kvorummet op i to grupper. Bed den ene gruppe om at læse og drøfte *Mosija* 18:21 og Lære og Pagter 38:27, og bed den anden gruppe om at læse og drøfte Lære og Pagter 97:21 og Moses 7:18. Bed grupperne om at planlægge en illustration, som de kan

benytte til at undervise resten af klassen i, hvad de lærte af deres skriftsted (hvis de har brug for hjælp, så henvis dem til »Sammenligninger og illustrationer« på s. 178-179 i *Undervisning, den største kaldelse*). Bed dem om at fortælle hinanden om deres ideer. Hvilke velsignelser kommer af at være forenet som familie, kvorum og menighed?

- Læs Lære og Pagter 38:27 sammen i kvorummet. Hvorfor ønsker Herren, at vi er ét? Fordel afsnit af præsident Henry B. Eyrings tale »Af ét hjerte« blandt de unge mænd, og bed

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Forstår de, hvad Zion er? Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være værd at bruge mere tid på denne læresætning?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Opfordre kvorummet til at række ud til nogen, der ikke føler sig som en del af deres kvorum eller af deres vennekreds.
- Fortælle, hvad hans holdning er til Zion og betydningen af enighed i kvorummet.

dem om at finde de principper, som præsident Eyring lærer os, der kan hjælpe os til at opnå større enighed i vores familie og i vores kvorum. Lad de unge mænd skrive de principper, de finder frem til, på tavlen. Hvilke forhindringer afholder unge mænd fra at opnå enighed? Hvordan kan de overvinde disse hindringer? Tilskynd de unge mænd til at sætte personlige mål om at anvende et af disse principper for at få større enighed i deres familie. Samarbejd om at sætte lignende mål for at blive mere forenede som kvorum.

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren forberedte sig på at undervise ved at tilbringe tid alene i bøn og under faste for at søge vejledning fra sin himmelske Fader. Hvordan kan du følge Frelserens eksempel i din forberedelse på at undervise de unge mænd om at grundfæste Zion i deres hjem, kvorum og lokalsamfund?



# Hvordan kan jeg deltage i fremskyndelsen af Herrens værk?

Vi lever i de sidste dage, hvor Herren opfylder sit løfte: »Se, jeg vil fremskynde mit værk, når tiden er inde« (L&P 88:73). Bærere af det Aronske Præstedømme spiller alle en vigtig rolle i dette værk. Vi kan deltage ved at invitere alle til at komme til Kristus, når vi fortæller andre om evangeliet, tjener på kristusliggende vis, er værdige, når vi udfører præstedømmeordinancer, styrker nye medlemmer, redder de mindre aktive og sørger for de frelsende ordinancer for de døde.

---

## Forbered dig åndeligt

*Hvilke skriftsteder og andre hjælpeklider kan inspirere de unge mænd til at deltage i fremskyndelsen af Herrens værk?*

Es 11:9; 1 Ne 13:37; 14:14 (Profetier angående Herrens værk)

Thomas S. Monson, »Villig og værdig til at tjene«, *Liahona*, maj 2012, s. 66-69

Mosi 28:1-3 (Mosijas sønners ønske om at prædike evangeliet)

Dieter F. Uchtdorf, »Kommer I sovende gennem genoprettelsen?«, *Liahona*, maj 2014, s. 58-62

Moses 1:39 (Gud beskriver sin gerning)

S. Gifford Nielsen, »Fremskynd Herrens spilleplan!«, *Liahona*, nov. 2013, s. 33-35

L&P 20:46-60 (Pligter for bærere af det Aronske Præstedømme)

Fremskynd arbejdet med frelse

L&P 138:56 (Guds trofaste børn blev i forudtilværelsen forberedt til arbejdet i Herrens vingård)

Hvilke tegn har du set på, at Herren fremskynder sit værk i vore dage? Hvilke oplevelser kan du fortælle om, som vil hjælpe de unge mænd til at deltage aktivt i dette værk?

Hvilke talenter og evner har du lagt mærke til, at de unge besidder, som kan gøre dem specielt egnede i fremskyndelsen af Herrens værk? Hvad gør de allerede for at tage del i dette værk?

---

## Lad de unge mænd lede

*Et medlem af kворumspræsidentskabet (eller i præsternes kворum en assistent til biskoppen) leder mødet. Han leder de unge mænd, når de sidder i råd sammen om kворummets anliggender, underviser dem i deres præstedømmepligter (fra skrifterne*

og hæftet Pligt mod Gud), opfordrer dem til at fortælle om deres oplevelser med at udføre deres pligt mod Gud og inviterer en vejleder eller et andet kворumsmedlem til at undervise i en evangelisk lektion. Han kan forberede sig ved til et præsidentskabsmøde at udfylde en dagsorden til kворumsmøde.

---

## Begynd undervisningen

Vælg nogle af disse forslag, eller udtænk nogle selv til at gennemgå sidste uges lektion og præsentere denne uges lektion:

- Bed de unge mænd om at fortælle, undervise og vidne om oplevelser, de har haft ved at anvende det, de har lært i den foregående uges lektion.
- Skriv på tavlen: *Hvad er Herrens værk?* Lad eleverne komme op til tavlen og skrive mulige svar på dette spørgsmål. Bed dem om at tilføje til denne liste, mens de lærer fra denne lektion.

---

## Lær sammen

Alle forslagene herunder vil hjælpe de unge mænd til at forstå, hvordan de kan deltage i opbyggelsen af hans rige. Følg Åndens inspiration, og vælg et eller flere af de forslag, der vil virke bedst i din klasse:

- Skriv ordet *fremskynde* på tavlen, og bed en om at læse L&P 88:73. Bed kворummet drøfte, hvad det betyder at fremskynde noget (hvis det er nødvendigt, kan de slå ordet op i ordbogen). Spørg de unge mænd, hvorfor de tror, at det er nødvendigt at fremskynde Herrens værk i vore dage. Tilskynd de unge til at finde svarene på dette spørgsmål i de skriftsteder, der er omtalt i dette oplæg eller i skriftsteder.
- Bed nogle dage i forvejen de unge mænd om at besøge afsnittet Fremskynd arbejdet med frelse på LDS.org og gennemgå nogle af materialerne der. Bed dem komme til kворumsmødet forberedt på at fortælle om noget fra siden, som har inspireret dem til i højere grad til at tage del i Herrens værk.
- Bed de unge mænd om hver især at læse en af konferencetalerne i dette oplæg, og se efter udtalelser, som inspirerer dem til i højere grad at tage del i Herrens værk. Bed dem om at gengive deres udtalelse og forklare, hvorfor de valgte den.
- Skriv spørgsmål som følgende på tavlen: *Hvad kan bærere af det Aronske Præstedømme gøre for at tage del i Herrens værk? Hvad hjælper dig til at finde gejsten og forstå vigtigheden af arbejdet? Hvordan forbereder dine oplevelser dig på at deltage i arbejdet?* Bed de unge

## Undervisningstip

»Du kan vise, at du lytter ved at vise interesse. Du kan se på den, der taler, i stedet for at se på stoffet til din lektion eller andre ting i lokalet. Du kan motivere den, der taler, til at gøre sine kommentarer færdig uden afbrydelser. Du kan undgå at bryde for tidligt ind i samtaler med råd eller meninger« (*Undervisning, den største kaldelse*, 2000, s. 66).

## Undervisning på Frelserens måde

Frelseren stillede spørgsmål, der førte til dybsindige tanker og følelser hos hans disciple. De vidste, at han elskede dem, og de følte sig trygge ved at fortælle om deres tanker og inderste følelser. Når du oprigtigt lytter og er interesseret i kvorumsmedlem- mernes svar og indsigt, kan du hjælpe dem til at føle Frelserens kærlighed.

mænd om at læse de foreslåede skriftsteder i dette oplæg som hjælp til at besvare et eller flere af disse spørgsmål. Bed dem om at fortælle, hvad de har fundet ud af.

- Læs sammen som kvorum ældste S. Gifford Nielsens beskrivelse af en spilleplan i hans tale »Fremskynd

*Bed de unge mænd om at gengive, hvad de har lært i dag. Hvilke følelser eller indtryk har de fået? Forstår de, hvordan de kan deltage i fremskyndelsen af Herrens værk? Har de yderligere spørgsmål? Vil det være nyttigt at bruge mere tid på dette emne?*

---

## Opfordring til handling

*Den unge mand, der leder, afslutter mødet. Han kan:*

- Bære sit vidnesbyrd for kvorummet om, hvordan det har styrket hans vidnesbyrd at udføre Herrens arbejde, og hvad han er blevet tilskyndet til at gøre på grund af denne lektion.
- Bede kvorummets medlemmer om at udvælge noget, de vil gøre – både som et kvorum og enkeltvis – for at fremskynde Herrens værk.

Herrens spilleplan!« Bed kvorumspræsidenten styre drøftelsen om en »spilleplan« beregnet på, at kvorummet deltager mere ihærdigt i noget af Herrens arbejde som at fortælle andre om evangeliet, redde et medlem af kvorummet, tjene i templet eller slægtsforskning.

# Udvalgte materialer

---

*Uddrag fra S. Gifford Nielsen, "Fremskynd Herrens spilleplan!" Liahona, nov. 2013, s. 33–35*

Da jeg spillede amerikansk fodbold, tænkte jeg i form af spilleplaner. Der var ingen tvivl om, at vores hold ville klare sig godt, hvis vi var forberedte med den rigtige strategi. For nylig talte jeg med Brigham Young-universitetets legendariske træner LaVell Edwards om vores taktik, og han sagde: »Jeg var ligeglad med, hvilken taktik du brugte, bare vi scorede et touchdown!« Som en af hans quarterbacks troede jeg, at det var langt mere indviklet end det, men måske er hans enkle filosofi årsagen til, at han har fået opkaldt et stadion efter sig.

Eftersom vi alle er på Herrens hold, har vi da hver især vores egen plan for at opnå sejr? Er vi klar til at spille? Hvis vi som medlemmer virkelig elsker vores familie, venner og kolleger, ønsker vi så ikke at bære vores vidnesbyrd om det gengivne evangelium for dem? ...

Må jeg fortælle jer om en spilleplan, jeg har følt mig tilskyndet til at iværksætte efter at have bedt, læst kapitel 13 i *Forkynd mit evangelium* og tænkt over tidligere oplevelser? Jeg opfordrer jer til at overveje disse tre punkter, når I tænker over jeres egen plan.

Bed for det første specifikt om at bringe en eller anden nærmere til Frelseren og hans evangelium hver dag. Det kan I gøre ved at betragte alle mennesker som Guds sønner og døtre, der hjælper hinanden på rejsen hjemad. Tænk på de nye venner, I får.

Bed dernæst for de missionærer, der tjener i jeres område, og deres undersøgere ved navn hver dag. Den eneste måde at gøre det på er ved at hilse på dem, se på deres skilt, kalde dem ved navn og spørge dem, hvem de underviser. Ældste Russell M. Nelson kom med en klog kommentar: »Indtil I kender en persons navn og ansigt, kan Herren ikke hjælpe jer til at kende hans eller hendes hjerte.«

Jeg var til dåb for en vidunderlig søster, som bar sit vidnesbyrd. Jeg vil altid huske hende for at sige: »Aldrig før har så mange mennesker bedt for mig, og aldrig før har jeg følt så megen kærlighed! Jeg ved, at dette værk er sandt!«

For det tredje så inviter en ven til en aktivitet i hjemmet eller et andet sted. Uanset, hvor I tager hen, eller hvad I gør, så overvej, hvem der kunne have glæde af aktiviteten og lyt derpå til Ånden, når han vejleder jer.



# Forslag til læring og undervisning

Frelseren anvendte skrifterne til at undervise og vidne om sin mission. Han lærte folk at overveje skrifterne og bruge dem som hjælp til at besvare spørgsmål. Han hjalp dem til at se evangeliets lektier gennem deres egne oplevelser og i verden omkring dem ved at bruge eksempler, som de kunne forholde sig til. Han opfordrede dem til at blive vidner om hans lærdomme ved at undervise og vidne over for andre og på denne måde uddybe deres forståelse af læresætningen.

En del af dit ansvar som lærer for unge er at forberede læringsaktiviteter, der følger de principper, som Frelseren var et eksempel på. Brug forslagene i dette tillæg eller andre undervisningsteknikker, som du kan tænke på, til at hjælpe de unge til at søge profeternes ord, se eksempler på de principper, du underviser i, og til at fortælle andre om evangeliet. Du kan tilpasse disse forslag til alle lektionsemner.

Når du planlægger aktiviteter, så husk, at et af dine hovedformål i undervisning af unge er at tilskynde dem til at fortælle om det, de lærer. Når unge giver udtryk for evangeliske sandheder, bliver disse sandheder bekræftet i deres hjerte og sind ved Helligåndens kraft. At fortælle andre om evangeliet giver også de unge mulighed for at styrke hinanden – at høre en evangelisk sandhed fra en jævnaldrende er sommetider mere virkningsfuldt end at høre det fra en leder eller lærer.



# Aktiviteter til at præsentere læresætningen

---

Følgende aktiviteter kan:

- hjælpe de unge til at **gennemgå læresætningen**, de har lært i sidste lektion, og sikre, at deres forståelse er korrekt.
- **præsentere læresætningen**, som de unge skal lære om i klassen eller til kvorumsmødet.

De unge kan deltage i disse aktiviteter enkeltvis, i små grupper eller som klasse eller kvorum. Husk på, at de bedste forslag kommer til dig, når du overvejer behovene hos de unge, du underviser.

## Hjælp de unge til at gennemgå læresætningen og sikre, at deres forståelse er korrekt

### Fortæl det, I husker

Få de unge til at fortælle noget, de husker eller har lært fra sidste uges lektion.

### Skriv et udsagn på tavlen

Bed de unge om på tavlen at skrive et sammenfattende udsagn om det, de har lært.

### Tegn det, I har lært

Bed de unge om at tegne et billede af det, de har lært.

### Hvad gjorde indtryk på jer?

Bed flere unge om at fortælle om det, der gjorde indtryk på dem ved lektionen.

### Sammenfat i et ord eller en sætning

Bed de unge om i et ord eller en sætning at sammenfatte det, de har lært.

### Sammenlign med en genstand eller et billede

Vis de unge en genstand eller et billede og spørg, hvordan det hænger sammen med den sidste lektion.

## Fortæl om, hvordan man kan anvende det

Fortæl, hvad du gjorde for at anvende det, der i sidste uges lektion blev undervist i. Bed de unge om at fortælle, hvad de gjorde.

### Stil spørgsmål

Bed de unge besvare spørgsmål, der blev drøftet i sidste uges lektion.

### Fortæl om skriftsteder

Bed de unge om at fortælle om et skriftsted, de husker fra sidste uges lektion.

### Undervis i det, I ved

Bed de unge om at undervise en anden i klassen eller kvorummet i det, de husker om læresætningen, der i sidste uge blev undervist i.

### Forklar en vending

Skriv på tavlen en vending fra sidste uges lektion og bed de unge om at forklare det.

## Præsenter læresætningen, som de unge skal lære om i klassen eller til kvorumsmødet.

### Find læresætningen i skrifterne

Bed de unge om at søge efter et vers i skrifterne, der underviser i lektionens læresætning.

### Stil et spørgsmål

Bed de unge om at svare på et spørgsmål om læresætningen.

### Syng en salme

Bed de unge om at syng en salme, der handler om læresætningen.

### Besvar spørgsmålet i lektionens titel

Skriv på tavlen spørgsmålet i lektionens titel og bed de unge overveje, hvordan de ville svare på det.

### Rollespil

Bed de unge om at rollespille en situation, hvor nogen stiller dem et spørgsmål om læresætningen. Hvordan ville de svare?

### Forklar det, I ved

Bed klassen forklare, hvad de ved om læresætningen.

### Del læresætningen op i mindre dele

Del læresætningen op i mindre dele og giv forskellige unge til opgave at forklare, hvad hver enkelt del betyder.

### Forklar et billede eller en genstand

Vis de unge et billede eller en genstand med relation til denne uges lektion, og bed dem om at forklare det.

### Tegn et billede

Bed de unge om at tegne et billede, der repræsenterer det, de forstår ved læresætningen, som I skal tale om.

### Find og fortæl om skriftsteder

Bed de unge om at finde et skriftsted, der bidrager til at besvare spørgsmålet i lektionens titel.

### Sammenfat det, I ved

Bed de unge om med nogle få ord eller vendinger at sammenfatte det, de ved, eller har oplevet i forbindelse med læresætningen.

### Anonymt spørgeskema

Giv de unge et kort, anonymt spørgeskema, der spørger om deres følelser eller oplevelser med relation til læresætningen.

### Quiz

Giv de unge en kort quiz for at finde ud af, hvad de allerede ved om læresætningen.

### Lav en liste med ord

Bed de unge om at tænke på ord, der har forbindelse til læresætningen, som de skal drøfte. Hvilke ord eller vendinger har de spørgsmål om?

## Aktiviteter til at lære sammen

---

Følgende aktiviteter kan hjælpe unge:

- **Søg** i skrifterne og profeternes ord og overvej deres mening.
- **Fortæl** om deres tanker og følelser om læresætningen til andre.
- **Se eksempler** på den læresætning, I drøfter.

De unge kan deltage i disse aktiviteter enkeltvis, i små grupper eller som klasse eller kvorum. Husk på, at de bedste forslag kommer til dig, når du overvejer behovene hos de unge, du underviser.

## **Søg i skrifterne og profeternes ord og overvej deres mening.**

### **Søg svar på spørgsmål**

Bed de unge om at søge svar på dine spørgsmål eller spørgsmål, som de har om læresætningen, og drøft det, de finder.

### **Søg efter ord og vendinger**

Bed de unge om at finde ord, vendinger og eksempler, der hjælper dem til at forstå læresætningen.

### **Sammenfat på nogle få ord**

Bed de unge om at sammenfatte et skriftsted eller budskab fra en profet på nogle få ord.

### **Lav en liste**

Bed de unge om at lave en liste med nøglepunkter, som de lærer om læresætningen fra skrifterne eller profeternes ord. Bed dem fortælle, hvad de har fundet frem til.

### **Tilsvarende vers**

Giv de unge nogle skriftstedshenvisninger og korte udtalelser, der sammenfatter det, der i hvert skriftsted undervises i. Bed dem om at læse skriftstederne og sammenkæd dem med et sammenfattende udsagn.

### **Tilhørende billede**

Bed de unge om at sammenkæde billeder og skriftstedshenvisninger. Bed dem om at fortælle om indblik, de får fra skriftstederne og billederne.

### **Udfyld de tomme felter**

Skriv et udsagn på tavlen, hvor nogle af ordene mangler. Bed de unge om at søge efter ord eller vendinger fra skrifterne, der kan færdiggøre udsagnet.

### **Sammenlign eksempler**

Bed de unge om at læse to eller flere historier eller passager fra skrifterne og sammenlign det med det, de lærer om læresætningen.

### **Tegn et billede**

Bed de unge om at tegne et billede af det, de læser i skrifterne og profeternes ord.

### **Find et skriftsted**

Bed de unge om at finde et skriftsted om læresætningen og fortælle om, hvad det betyder.

### **Sammenkæd beslægtede skriftsteder**

Hjælp de unge til at lave en liste med skriftsteder, der vedrører læresætningen, læs dem og skriv henvisningerne i margenen i deres skrifter.

### **Find og syng salmer**

Bed de unge om at finde salmer om læresætningen og syng dem sammen.

## **Se eksempler på de læresætninger og principper, du underviser i**

### **Interview andre**

Bed de unge om at interviewe andre om deres oplevelser med læresætningen.

### **Se eksempler i skrifterne**

Bed de unge om at læse eller høre om personer i skrifterne, som efterlevede læresætningen.

### **Se eksempler på andre sidste dages hellige**

Bed de unge om at læse eller høre om andre sidste dages hellige, som efterlever læresætningen.

### **Fortæl om eksempler**

Fortæl om dine egne eksempler på mennesker, der efterlever læresætningen, og bed de unge om at fortælle om deres eksempler.

### **Drøft en historie**

Bed de unge om at beskrive, hvordan en historie (fra skrifterne eller profeternes ord) er et eksempel på læresætningen.

### **Forestil dig, hvad der sker**

Bed de unge om at forestille sig en person, der efterlever læresætningen.

### **Rollespil**

Bed de unge om at rollespille eller forestille sig en situation, der illustrerer læresætningen.

### **Se medier**

Bed de unge om at se kirkeproducerede medier (som fx dvd'er eller videoklip fra LDS.org).

### **Lyt til en rundbordsamtale**

Bed godkendte gæster om at besvare spørgsmål eller drøfte et emne med de unge.

### **Lyt til en gæstetaler**

Bed en godkendt gæstetaler om at drøfte læresætningen.

## **Fortæl andre om deres tanker og følelser for læresætningerne.**

### **Forbered en tale**

Bed de unge om at forberede sig til at holde en tale om læresætningen.

### **Undervis i lektionen**

Bed en ung fra klassen eller kvorummet om at undervise en del af lektionen.

### **Undervis en anden klasse**

Bed de unge om at forberede en kort lektion om læresætningen og undervis i den i en anden klasse (med godkendelse fra biskoppen).

### **Undervis en anden**

Hjælp de unge til at tænke på forslag til, hvordan de kunne undervise en anden i læresætningen.

### **Bær vidnesbyrd om læresætningen**

Bed de unge i klassen eller kvorummet om at bære deres vidnesbyrd om læresætningen.

### **Skriv om læresætningen**

Bed klassen om at skrive det, de har lært, eller deres tanker og følelser om læresætningen.

### **Forklar, hvad det betyder**

Spørg de unge om, hvad læresætningen betyder for dem.

### **Drøft spørgsmål**

Bed de unge om at drøfte spørgsmål om betydningen og vigtigheden af læresætningen.

### **Stil spørgsmål**

Bed de unge om at tænke over læresætningen og stil spørgsmål om den. Besvar dem sammen.

### **Forklar et billede eller en genstand**

Bed de unge forklare, hvordan et billede eller en genstand illustrerer læresætningen.

### **Tegn et billede**

Bed de unge om at tegne et billede eller diagram eller lave en plakat, der illustrerer læresætningen.

### **Fortæl om en oplevelse med Personlig fremgang eller Pligt mod Gud**

Bed de unge om at fortælle eller undervise i noget, som de har gjort i Pligt mod Gud eller Personlig fremgang, der relaterer til læresætningen.

## **Aktiviteter, der inviterer de unge til at handle**

---

Følgende aktiviteter kan bidrage til at hjælpe de unge til at se, hvordan evangeliet kan anvendes i deres tilværelse. Generelt bør unge opmuntres til at lægge deres egne planer for at handle ud fra det, de lærer. Disse aktiviteter kan måske give dem gode ideer.

De unge kan deltage i disse aktiviteter enkeltvis, i små grupper eller som klasse. Husk på, at de bedste forslag kommer til dig, når du overvejer behovene hos de unge, du underviser.

## **Læg planer for at efterleve læresætningen**

### **Overvej, hvad man skal gøre.**

Tilskynd de unge til at overveje, hvad de kan gøre for at anvende læresætningen.

### **Skriv ned, hvad man skal gøre**

Tilskynd de unge til at skrive ned, hvad de vil gøre for at anvende læresætningen.

### **Rådføre sig med klassen eller kvorummet**

Bed de unge om at rådføre sig med hinanden som klasse eller kvorum om, hvordan man anvender læresætningen.

### **Fortæl om følelser og vidnesbyrd**

Bed de unge om at fortælle om deres følelser for og vidnesbyrd om læresætningen og forklare, hvorfor den er vigtig for dem.

### **Lav et undervisningsoplæg**

Bed de unge om at lave et oplæg til at undervise andre om læresætningen.

### **Drøft vigtigheden af læresætningen**

Bed de unge om at drøfte betydningen af læresætningen i deres tilværelse.

## **Nedskriv vidnesbyrd**

Bed de unge om at nedskrive deres vidnesbyrd om læresætningen.

## **Interview andre**

Tilskynd de unge til at interviewe andre for at høre om deres oplevelser og tanker om læresætningen.

## **Lav en liste**

Bed de unge om at lave en liste med velsigelser, som de har modtaget ved at anvende læresætningen.

## **Overvind en udfordring eller et problem**

Bed de unge om at fortælle om en udfordring eller et problem, som de har, og fortælle, hvordan en læresætning eller et skriftsted hjælper dem.

## **Anvendelse af skriften**

Bed de unge om at anvende noget fra skrifterne eller de levende profeters ord i deres tilværelse.

## **Udfør aktiviteter i Pligt mod Gud eller Personlig fremgang**

Bed de unge om at udføre en aktivitet fra hæfterne *Pligt mod Gud* eller *Personlig fremgang*.

JESU KRISTI  
KIRKE  
AF SIDSTE DAGES HELLIGE

