

The background of the cover is a collage of three images. The top image shows a family of five (a woman, a man, and three children) working together to plant cacti in a field. The middle image shows a welder in a blue protective suit working on a metal structure, with bright sparks flying from the point of contact. The bottom image shows a woman with glasses leaning over a desk, assisting two students (a man and a woman) as they work on a project together.

EVANGELIET  
OG ET  
UDBYTTERIGT  
LIV

LÆRERENS HÆFTE

Religion 150

# EVANGELIET OG ET UDBYTTERIGT LIV LÆRERENS HÆFTE

Religion 150

Udarbejdet af  
Kirkens Uddannelsessystem  
Udgivet af  
Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige  
Salt Lake City, Utah

Send kommentarer og rettelser, heriblandt trykfejl, til  
CES Curriculum, 50 E. North Temple Street, Floor 8, Salt Lake City, UT 84150-2722, USA  
E-mail: ces-manuals@ldschurch.org

© 2004 Intellectual Reserve, Inc.

Alle rettigheder forbeholdes

Printed in Germany

Engelsk original godkendt: 8/03

Godkendt til oversættelse: 8/03

Oversættelse af *The Gospel and the Productive Life Teacher Manual*

Danish

---

## INDHOLD

Indledning til Lærerens hæfte . . . . .	v
1 Frelsesplanen for vor himmelske Faders børn . . . . .	1
2 Åndens vejledning . . . . .	7
3 Sæt mål og administrér din tid . . . . .	10
4 Klog administration af økonomiske ressourcer . . . . .	14
5 Tro på Jesus Kristus giver os styrke til at sørge for os selv og andre . . . . .	20
6 Sørg for dig selv, familien og andre . . . . .	24
7 Opdag og udfold talenter og evner . . . . .	28
8 Vi kan alle bidrage til at opbygge Guds rige på jorden . . . . .	34
9 Uafhængighed på Herrens måde . . . . .	38
10 Stræb efter at lære ved studium og ved tro . . . . .	41
11 At vælge og være en evig ægtefælle . . . . .	47
12 Efterlev sundhedslovene . . . . .	53
13 »Alt dette skal give dig erfaring« . . . . .	58
14 Efterlev pagterne . . . . .	63
15 Tjen hinanden . . . . .	67



## INDLEDNING TIL LÆRERENS HÆFTE

Formålet med dette kursus er at hjælpe eleverne til at forbedre deres liv både timeligt og åndeligt ved at følge inspireret vejledning. De lærer, at kendskab til de åndelige sandheder, som vi bliver undervist i gennem vor himmelske Faders frelsesplan, kan være en hjælp for dem i deres jordiske udfordringer. Når de anvender de evangeliske principper i deres timelige liv, indser de nødvendigheden af at uddanne sig inden for et erhverv, der sætter dem i stand til at sørge for deres familie. Forbedringer, der bygger på de evangeliske principper, hjælper dem til at opfylde deres formål med livet på jorden og øger deres evne til at tjene Herren og hans børn.

Brug materialet i dette hæfte, når du forbereder dig til at undervise klassen. Hvert kapitel indeholder følgende afsnit:

- »Indledning« giver et overblik over formålet med lektionen og dens værdi for dine elever.
- »Principper« opregner de principper, der skal undervises i.
- »Undervisningsforslag« indeholder forslag til undervisningen i de enkelte principper.
- »Forslag til elevopgaver« indeholder opgaver, som eleverne kan lave hjemme. De er udtryk for de kompetenceforventninger, der er til dette kursus (dvs. det eleverne forventes at kunne efter deltagelse i dette kursus).

Udvælg de undervisningsforslag, som du ønsker at anvende. Tegnet (☞) angiver begyndelsen af et undervisningsforslag, som kan anvendes selvstændigt. Nogle af undervisningsforslagene indeholder udtalelser fra generalautoriteter, som ikke er trykt i elevhæftet. Disse udtalelser fungerer som yderligere materiale, som lærerne kan anvende i undervisningen, og de er markeret med grå skygge, så de let kan genkendes. Brug eller tilpas undervisningsforslagene, så de møder dine elevers behov og passer til din undervisningsstil. Indarbejd om nødvendigt andre idéer til undervisningen, som underbygger temaet eller princippet. Giv dine elever mulighed for i løbet af undervisningen at finde frem til, forklare og bære vidnesbyrd om lærdomme og principper i hver lektion.

Elevhæftet (katalognr. 36599 110) anvendes sammen med dette lærerhæfte. Hvert kapitel i elevhæftet indeholder følgende afsnit:

- »Indledning«.
- »Principper« opregner de principper, kapitlet behandler.
- »Underbyggende skriftsteder og udtalelser« til hvert princip i lektionen, herunder udtalelser fra sidste dages profeter og apostle og andre af Kirkens ledere.
- »Anvendelse og eksempler« indeholder hypotetiske situationer og tilhørende spørgsmål.
- »Ting til overvejelse« indeholder yderligere spørgsmål, som hjælper eleverne til at forstå og anvende principperne.

- »Noter og indtryk« giver eleverne plads til at nedskrive den indsigt, de har opnået, og besvare spørgsmål.

## FULDFØRELSE AF KURSET

*Evangeliet og et udbytterigt liv* er et kursus, der varer et semester. Det består af 15 lektioner á 100 minutter eller 30 lektioner á 50 minutter. Hvis der undervises 30 gange, skal du beslutte, hvor du vil opdele kapitlerne, så de hver tager to lektioner. For at modtage anerkendelse for deltagelse, skal eleverne have deltaget i mindst 75% af undervisningen.

## FORBERED UNDERVISNINGEN

God undervisning kræver, at du beslutter dig for, hvad du vil undervise i og hvordan (se *Undervisning i evangeliet: En håndbog for lærere og ledere i Kirkens uddannelsessystem*, 2001, katalognr. 34829 110, s. 19-24). Find frem til de principper og lærdomme, du føler er vigtige for dine elever, når du studerer undervisningsmaterialet, og vær lydhør over for Åndens tilskyndelser. (Dette er *hvad*, der undervises i). Vælg derefter en idé til undervisningen eller en aktivitet til hvert princip eller hver lærdom. Indarbejd pointer fra »Løbende fokus på undervisningen i Kirkens Uddannelsessystem« (dette er *hvordan*, der undervises). Overvej følgende spørgsmål og forslag, når du forbereder og præsenterer hver lektion:

- Hvad skal eleverne gøre i løbet af lektionen? Anvend metoder og aktiviteter, der opfordrer til elevdeltagelse.
- Hvordan kan jeg fastholde mine elevers interesse? Skift undervisningsmetode så ofte, at du hjælper eleverne til at fastholde interessen?
- Hvilken indsigt, hvilke løsninger og hvilke resultater kan der komme ud af denne lektion? Hjælp eleverne til at anvende evangeliets lærdomme og principper i deres liv.
- Følg Åndens inspiration i det, du siger og gør. Hjælp eleverne til at forstå, at de skal bede om at få Ånden og leve sådan, at de indbyder Ånden til at være med dem, mens de deltager i undervisningen.
- Stil spørgsmål og bring emner på banen, der opfordrer til drøftelser i klassen og opbygger tro (se L&P 38:23; 88:77-80, 122; se også *Undervisning i evangeliet: En håndbog*, s. 37-39). For at anspre eleverne til at besvare de spørgsmål, du stiller, bør du afholde dig fra selv at besvare dem. Giv eleverne tid til at tænke og selv opnå indsigt. Lyt opmærksomt til dine elever og svar på det, de siger.
- Bær dit vidnesbyrd og anspor dine elever til at bære deres vidnesbyrd.
- Udøv tro på Gud og hans ords styrke for at vække interessen hos dine elever og velsigne dem (se 2 Ne 32:3; Alma 31:5). Hav tillid til dine elever og til Herrens evne til at hjælpe dig med at blive en god lærer.

# 1 FRELSPLANEN FOR VOR HIMMELSKE FADERS BØRN

## INDLEDNING



Den evige stad, af Keith Larson.

Dine elever står ofte over for verdens falske filosofier angående formålet med deres tilværelse. Når du underviser i frelsesplanen, bør du bidrage til at tydeliggøre formålet med livet på jorden og hvordan vor himmelske Faders plan giver vejledning og mening med livet. Når dine elever forstår frelsesplanen, vil de forstå, hvordan prøvelser, glæde, arbejde og opretholdelse af fysisk styrke spiller

en vigtig rolle i deres oplevelser i dagligdagen. Når vi følger Frelserens eksempel, er vi lykkeligere og i stand til at velsigne vores families liv og dem, vi tjener.

## PRINCIPPER

- Vor himmelske Fader har udarbejdet en plan for frelse. Den lærer os, hvor vi kom fra, hvorfor vi er her, og hvor vi skal hen efter livet på jorden.
- Hvis vi forstår vores plads i frelsesplanen, hjælper det os med at udvikle tro og finde glæde i en verden med stor uretfærdighed.
- Vi kan bruge vores viden om frelsesplanen som hjælp i vore jordiske udfordringer.

## UNDERVISNINGSFORSLAG

*Vor himmelske Fader har udarbejdet en plan for frelse. Den lærer os, hvor vi kom fra, hvorfor vi er her, og hvor vi skal hen efter livet på jorden.*

- 👁️ Spørg, om nogen af eleverne kan citere Moses 1:39 (mesterskriftsted). I så fald gives en elev muligheden, og derefter beder du klassen om at fremsige det sammen en eller to gange. Bed en elev om at forklare, hvad dette skriftsted betyder for ham eller hende.

Skriv *planen* på tavlen. Skriv følgende skriftstedshenvisninger nedenunder uden at skrive ordene i parenteserne:

- 2 Ne 9:6 (»den store skabers barmhjertige plan«)
- 2 Ne 9:13 (»vor Guds plan«)
- Alma 24:14 (»frelsesplanen«)
- Alma 34:16 (»den store og evige forløsningsplan«)
- Alma 42:16 (»planen for lykke«)



Bed eleverne om at læse disse vers og finde og markere nogle af navnene på vor himmelske Faders plan for sine børn. Hjælp eleverne til at opdage, at de navne, som planen har fået, beskriver vor himmelske Faders hensigter med os.

- ✎ Skriv følgende tre begreber på tavlen, som angiver de tre faser af vores eksistens: *Forudtilværelsen, det jordiske liv og det efterjordiske liv*. Bed eleverne om at fortælle, hvad de ved om hver af faserne i vor himmelske Faders plan. Henvis dem til skrifterne og udtalelser fra profeterne, når der er behov for at hjælpe dem med at forstå følgende begreber:

#### *Forudtilværelsen*

- Vor himmelske Fader er et celestiale væsen med et herliggjort legeme af kød og knogler (se L&P 130:22. Mesterskriftsted: L&P 130:22-23). Han er vores ånds Fader (se Rom 8:16-17; Hebr 12:9). Vi levede hos ham som åndelige børn (se Abr 3:22-23, mesterskriftsted).

I »Familien: En proklamation til verden« erklærer Det Første Præsidentskab og De Tolv Apostles Kvorum:

»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 ...

I den førjordiske verden kendte og tilbad åndelige sønner og døtre Gud som deres evige Fader og accepterede hans plan, hvorved hans børn kunne opnå et fysisk legeme og opnå jordiske erfaringer for at udvikle sig frem mod fuldkommenhed og til sidst realisere deres guddommelige skæbne som arving til evigt liv« (*Stjernen*, jan. 1996, s. 101).

- Vor himmelske Fader underviste os i sin frelsesplan (se L&P 138:56). Hans plan lod os komme til jorden og få et legeme og lære lydighed (se Abr 3:24-26).
- Planen krævede en Frelser og Forløser: Jesus Kristus blev af vor himmelske Fader forudordineret til at blive vor Frelser og Forløser (se Moses 4:2; Abr 3:27).
- Vi glædede os, da vi begyndte at forstå vor himmelske Faders plan (se Job 38:4-7. Profeterne i de sidste dage har lært os, at vers 7 henviser til den glæde, vi følte i forudtilværelsen, da vi modtog frelsesplanen. Se fx ældste Richard G. Scotts udtalelse på s. 1 i elevhæftet).
- Satan satte sig op imod vor himmelske Faders plan og fremsatte en alternativ plan, der ville begrænse vores handlefrihed. Han og hans tilhængere blev kastet ud (se Åb 12:7-11; L&P 29:36; 76:25-27; Moses 4:1, 3-4).

#### *Det jordiske liv*

- Vi bestod vores »første prøvestand« ved at være trofaste i forudtilværelsen. Vores »anden prøvestand« begyndte med vores jordiske liv (se Abr 3:26).
- På grund af Adam og Evas fald påbegyndte vi vores liv på jorden i en falden tilstand. Faldet og vores jordiske tilstand er nødvendige dele af planen (se 2 Ne 2:22-25 [mesterskriftsted: 2 Ne 2:25]; L&P 29:40; Moses 5:10-11).
- Jesus Kristus forløste os fra faldet. Uden hans forsoning kunne vi ikke genopstå og ville for evigt leve i elendighed med Satan (se 2 Ne 2:26; 9:6-10).

- Vore oplevelser i livet på jorden gør det muligt for os at bruge vores handlefrihed til at træffe valg og erfare konsekvenserne deraf (se 2 Ne 2:11-13, 27; Alma 34:32-34, mesterskriftsted; L&P 58:27-28 [mesterskriftsted: L&P 58:26-27]).
- Etablering og undervisning af evige familier er noget af det, der er fokus på i frelsesplanen (se L&P 93:40; 131:1-4 [mesterskriftsted]; 138:47-48; Moses 2:28).
- Uanset, hvilken viden og intelligens vi opnår i vores jordiske liv gennem vores flid og lydighed, opstår den sammen med os i opstandelsen (se L&P 130:18-19, mesterskriftsted).

#### *Det efterjordiske liv*

- Når vi dør, går vores ånd til åndeverdenen og afventer opstandelsen. Der fortsætter vi med at lære (se Alma 40:11-14; L&P 138:10-22).
- Herren dømmes os efter, hvordan vi levede vores liv, og efter vores hjertes ønsker (se Joh 5:22, 30; Alma 41:3; L&P 137:9. Mesterskriftsted: L&P 137:7-10).
- De, der følger vor himmelske Faders plan, vender tilbage for at leve som han gør i hans nærhed (se L&P 76:92-96; 93:16-20).

Lad eleverne drøfte følgende spørgsmål:

- Hvorfor er hver af disse tre faser af vores eksistens vigtige, for at vi kan blive som vor himmelske Fader?
- Hvordan hjælper det dig til at indse dit guddommelige potentiale, at du ved, at du er Guds søn eller datter?
- Hvilke åndelige egenskaber hjælper os til at blive mere lig vor himmelske Fader? (Tro, lydighed, ydmyghed osv.)
- Hvad får vi ud af at følge vor himmelske Faders plan? (Vi bliver, som han er, modtager en fylde af glæde osv.)

#### ***Hvis vi forstår vores plads i frelsesplanen, hjælper det os til at udvikle tro og finde glæde i en verden med stor uretfærdighed.***

☞ Bed eleverne om at læse følgende skriftsteder og forklar, hvorfor det bringer lykke at leve i overensstemmelse med Guds plan:

- 2 Ne 2:25 (mesterskriftsted)
- Mosi 2:41
- Alma 19:6

Forklar, at selv om vi lever i overensstemmelse med den store frelsesplan, kan dele af det jordiske liv være meget svært og indeholde svære prøvelser. Alligevel bør vi huske på, at vor himmelske Fader ønsker, at vi skal finde glæde og fred ved at holde hans befalinger.

☞ Bed eleverne om at nævne nogle skuespil, de har set eller læst, som har mere end en akt. Spørg:

- Hvorfor er det vigtigt at vide, hvad der skete i første akt af et stykke med tre akter?
- Hvordan ville manglende viden om vores forudtilværelse føre til misforståelser angående, hvem vi er, og hvad vores evige potentiale er?

Læs følgende beskrivelse, som præsident Boyd K. Packer gav, da han sammenlignede frelsesplanen med »et stort skuespil i tre akter«:


»Første akt har titlen »Forudtilværelsen«. Skrifterne beskriver det, som vores første prøvestand (se Judas' Brev 1:6; Abraham 3:26, 28). Anden akt, fra fødslen til opstandelsen kaldes »Den anden prøvestand«. Og tredje akt kaldes »Livet efter døden« eller »Evig liv«.

I livet på jorden er vi som skuespillere, som træder ind på scenen, netop som tæppet går op for anden akt. Vi har glemt første akt. Produktionen har så mange intriger og underintriger, som er vævet ind i hinanden, at det er svært at finde ud af, hvem der har forbindelse til hvem, og hvad der har forbindelse til hvad, og hvem der er heltene, og hvem der er skurkene. Det bliver yderligere kompliceret af, at vi ikke blot er tilskuere, men skuespillere, at vi er midt på scenen og lige midt i det hele!

Mindet om vores liv i forudtilværelsen, 1. akt, er som del af den evige plan dækket af et slør. Da vi indtræder i livet på jorden ved begyndelsen af 2. akt uden noget minde om 1. akt, er det ikke noget under, at det er vanskeligt at forstå, hvad det er der foregår« (*The Play and the Plan*, tale til Unge Voksne, 7. maj 1995, s. 2).

Spørg:

- Hvorfor er vi nødt til at udøve tro på Herren, fordi vi har glemt »1. akt« (forudtilværelsen)?
- Hvordan kan det hjælpe os, når livet er svært, at vi ved, at vi kom til jorden og påbegyndte livet på jorden som en del af en guddommelig plan?

 Læs følgende fra præsident Packer:

»Sommetider tænker vi: Hvis planen virkelig er den store plan for lykke, hvorfor skal vi så kæmpe for at finde lykken i livet på jorden?

Hvis I forventer kun at finde lethed, fred og lyksalighed i 2. akt, så vil I helt sikkert opleve frustration. I vil da kun forstå lidt af det, som sker, og hvorfor tingene får lov til at være, som de er.

Men husk dette! Vendingen: »Og de levede lykkeligt til deres dages ende«, blev aldrig skrevet i anden akt. Denne replik hører til i tredje akt, hvor mysterierne er løst og alt er bragt i orden ...

I vil ikke forstå livets uligheder, før I ser det brede perspektiv i dette store drama. Nogle er født med så lidt og andre med så meget. Nogle er født i fattigdom, med handicap, smerter og lidelser. Nogle oplever tidlig død, ja, endog uskyldige børn. Livet er fyldt med naturens brutale og utilgivende kræfter og menneskets brutalitet ...

Tro ikke, at Gud med vilje forårsager det, som han tillader af hensyn til sine egne hensigter. Når I kender planen og hensigten med det hele, vil selv disse ting vidne om en kærlig himmelsk Fader« (*The Play and the Plan*, s. 2).

Gennemgå præsident Packers udtalelse: »I vil ikke forstå livets uligheder, før I ser det brede perspektiv i dette store drama.« Spørg eleverne, hvordan de kan anvende deres viden om frelsesplanen til at besvare følgende udtalelser og spørgsmål:

- Min far døde, før jeg var gammel nok til at lære ham at kende. Skal jeg nogensinde se ham igen?
- Jeg har en ven, som gør alle mulige dårlige ting, og han virker ganske lykkelig. Hvorfor skal jeg holde Guds befalinger?
- Min forlovede og jeg er blevet enige om, at vi ikke vil have børn – de er for stor en økonomisk og følelsesmæssig byrde. Vi bliver lykkeligere uden en familie.

***Vi kan bruge vores viden om frelsesplanen til at hjælpe os i vore jordiske udfordringer.***

Hjælp eleverne til at forstå, at vi udviklede talenter og færdigheder i forudtilværelsen, og at kendskab til forudtilværelsen bør anspore os til fortsat trofasthed og udvikling af vore talenter og færdigheder i livet på jorden. Læs følgende udtalelser fra generalautoriteterne og drøft de efterfølgende spørgsmål med eleverne for at hjælpe dem til at forstå disse principper.

☞ *Vi udviklede talenter og færdigheder i forudtilværelsen.*

Ældste Bruce R. McConkie, som var medlem af De Tolvs Kvorum, har udtalt:

»I livet før dette, denne førjordiske eksistens, denne forudtilværelse, udviklede vi forskellige evner og talenter. Nogle udviklede dem på et område og nogle på et andet. Det vigtigst af alle områder var det åndelige – evnen til og talentet for at genkende sandheden« (*Making Our Calling and Election Sure*, Brigham Young University Speeches of the Year, 25. mar. 1969, s. 5-6).

Spørg:

- Hvorfor tror I, at åndelighed er »det vigtigste af alle områder«?
- Hvordan kan åndelighed påvirke vores evne til at forstå timelig viden?

☞ *Kendskab til forudtilværelsen bør anspore os til fortsat trofasthed og udvikling af vore talenter og færdigheder i livet på jorden.*

Bed eleverne om at nævne nogle almindelige timelige udfordringer, man oplever i livet på jorden (fx at finde et job, at have tilstrækkelige midler til at opfylde grundlæggende behov, at bevare sit gode helbred og at forstå prøvelser).

Ældste Neal A. Maxwell, medlem af De Tolv Apostles Kvorum, har sagt:

»Da vi gik ind på at indtræde i denne anden prøvestand, var det derfor som på forhånd at gå med til bedøvelse – den bedøvelse, som er glemslen. Læger vækker jo ikke en patient midt under en bedøvelse, som de forud var enige om, for igen at spørge om det er i orden, at han fortsætter bedøvelsen. Vi gik med til at komme til verden for at opnå visse erfaringer på visse betingelser« (se *Stjernen*, oktoberkonferencen 1985, s. 13-14).

Spørg:

- Hvordan påvirker jeres viden om, at I i forudtilværelsen villigt underkastede jer visse betingelser på jorden den måde, hvorpå I accepterer og håndterer prøvelser?
- Hvordan kan vores viden om, at vi udviklede forskellige talenter og færdigheder i forudtilværelsen være med til at motivere os til også at udvikle dem i dette liv?

### **FORSLAG TIL ELEVOPGAVER**

- Bed eleverne om at forklare frelsesplanen for deres familie til en familieaften.
- Bed eleverne om i deres elevhæfte at nedskrive svarene på følgende spørgsmål:
  - Hvordan kan en forbedring af vores uddannelse og vore jobfærdigheder være med til at opfylde formålet med vores liv på jorden?
  - Hvordan kan det velsigne vores familie og andre både åndeligt og timeligt, hvis vi uddanner os bedre?

## 2 ÅNDENS VEJLEDNING

### INDLEDNING



Fordi der er mange falske røster, der råber på vores opmærksomhed, skal vi være i stand til at genkende personlig åbenbaring fra Gud. Det er en forudsætning for åndelig kommunikation, at vi forbereder os korrekt til at modtage Ånden. Helligånden trøster og giver fred og vejledning i vores liv angående både det timelige og det åndelige. Hjælp dine elever til at forstå Helligåndens rolle, og hvordan man kan genkende Åndens tilskyndelser. Når vi lærer at genkende og følge Åndens vejledning, kan vi undgå det, der er spild af tid og uden større betydning.

### PRINCIPPER

- Helligånden kan give os trøst, fred og vejledning i livet.
- Helligåndens vejledning er tilgængelig for alle værdige medlemmer af Kirken.
- Bøn er et middel til at modtage Åndens vejledning.

### UNDERVISNINGSFORSLAG

*Helligånden kan give os trøst, fred og vejledning i livet.*

☞ Fordel følgende skriftsteder blandt eleverne. Bed dem læse skriftstedet og fortælle resten af klassen, hvad det fortæller om Helligånden. Skriv deres svar på tavlen under overskriften *Helligåndens funktioner*.

- Joh 14:26
- Joh 16:13
- Rom 5:5
- 2 Ne 31:17
- 2 Ne 31:18
- L&P 6:15

☞ Bed eleverne om at fortælle om en personlig oplevelse, der belyser en af Helligåndens funktioner.

Læs 2 Ne 32:5 sammen med eleverne. Skriv på tavlen: »Helligånden ... vil ... vise jer alt det, som I skal gøre« (2 Ne 32:5). Giv eleverne et minut til at lære sætningen og henvisningen udenad. Slet derefter sætningen, og bed to eller tre frivillige om at citere sætningen og nævne henvisningen.

☞ Bed eleverne om at nedskrive tre eller fire af de vigtigste beslutninger, de står over for i deres liv i afsnittet »Noter og indtryk« i deres elevhæfte. Læs L&P

90:24 og bed dem om at sammenfatte, hvad de bør gøre for at få Herrens Ånds hjælp til hver af de nævnte beslutninger.

☞ Læs følgende udtalelse af ældste Joseph B. Wirthlin, medlem af De Tolvs Kvorum:

»Helligånden er åbenbarer og lærer, som formidler information til vores ånd med langt større sikkerhed end det, der er muligt med vore naturlige sanser. Han kan vejlede os i ethvert valg og vil aldrig bedrage eller vildlede os. Han trøster os og bringer fred til vores sjæl i vanskelige tider« (»Dybe rødder«, *Stjernen*, jan. 1994, s. 74).

Spørg: Hvad sagde ældste Wirthlin om, hvor korrekt den information, vi kan modtage fra Helligånden, er?

***Helligåndens vejledning er tilgængelig for alle værdige medlemmer af Kirken.***

☞ Læs følgende:

»Helligåndens kraft kan virke på et menneske, inden det bliver døbt, og vidne om, at evangeliet er sandt. Men retten til at have Helligåndens stadige ledsagelse, når man er værdig dertil, er en gave, som man kun kan modtage ved håndspåleggelse af en bærer af det melkisedekske præstedømme, efter at man ved behørig dåb er blevet optaget i Jesu Kristi sande Kirke« (Guide til Skrifterne, »Helligånden«, s. 75).

Spørg: Hvad er nøglen til at have Helligåndens stadige ledsagelse? (Værdighed).

☞ Bed eleverne om at læse ældste Henry B. Eyrings udtalelse på s. 8 i elevhæftet.

Spørg: Hvad kan vi gøre for at være værdige til Helligåndens påvirkning?

☞ Bed en elev om at læse de to sidste afsnit af ældste Joseph B. Wirthlins udtalelse på s. 8 i elevhæftet. Spørg så:

- Hvad kan ifølge ældste Wirthlin hindre Helligånden i at påvirke vores liv?
- Hvad har I erfaret, at I skal gøre regelmæssigt for at indbyde Ånden? (Svarene kan omfatte retfærdig levevis, skriftstudium, bøn, at følge de levende profeter, holde dåbspagterne, næstekærlighed og kontrol med af vore tanker. Bed eleverne om at skrive svar på tavlen. Bed dem om at forklare betydningen af hvert forslag. Anspor dem til at tage noter fra drøftelsen under »Noter og indtryk« i deres elevhæfte):

***Bøn er et middel til at modtage Åndens vejledning.***

☞ Hvis du brugte det sidste spørgsmål fra det foregående undervisningsforslag, kan du eventuelt henvise eleverne til den liste over handlinger, som de foreslog, kunne indbyde Ånden i deres liv. Læs præsident James E. Fausts udtalelse på s. 9 i elevhæftet sammen med dem. Spørg:

- Hvilke handlinger fremhævede præsident Faust i både punkt tre og fire?
- Var bøn med på din liste over handlinger, der indbyder Ånden? Hvorfor eller hvorfor ikke?

Bed en elev læse følgende udtalelse af præsident Heber J. Grant:

»I samme øjeblik et menneske holder op med at bønfalde Gud for hans ånd og vejledning, begynder han at blive fremmed for ham og hans værk. Når mennesker ophører med at bede om Guds ånd, sætter de deres lid til deres egen ubehjælpssomme fornuft, og de mister gradvist Guds ånd, på samme måde som gode og nære venner bliver fremmede for hinanden, når de aldrig skriver eller besøger hinanden. Vi bør bede til, at Gud aldrig vil lade os alene i ét eneste øjeblik uden hans ånd til at hjælpe og bistå os i at modstå synd og fristelse« (i Conference Report, okt. 1944, s. 9).

Spørg: Hvorfor er bøn vigtigt, hvis man ønsker Åndens vejledning?

Læs følgende udtalelse fra præsident Ezra Taft Benson angående forholdet mellem bøn og Ånden. Bed eleverne om at lytte efter de spørgsmål, han stiller, og tænke over, hvad de ville svare, mens du læser denne profets råd.

»Når I beder – når I taler med jeres himmelske Fader – taler I så virkelig ud med ham om jeres problemer? Fortæller I ham om jeres følelser, forbehold, usikkerhed, glæder og inderste ønsker, eller er bøn bare en vane med de samme ord og sætninger? Tænker I over, hvad I virkelig ønsker at sige? Tager I jer tid til at lytte til Åndens tilskyndelser? Svar på bøn kommer for det meste i form af en sagte stemme og kan genkendes med jeres dybeste, inderste følelser. Jeg siger jer, at I kan kende Guds vilje med jer selv, hvis I tager jer tid til at bede og lytte« (»To the Rising Generation«, *New Era*, juni 1986, s. 8).

☞ (Bemærk: Det følgende undervisningsforslag fremhæver værdien af at lære at høre Ånden, så man kan genkende Herrens svar på vore bønner. På grund af dets længde, tager det måske størstedelen af undervisningstiden. Ældste Richard G. Scotts råd er særlig relevant for unge voksne, fordi de står over for mange skilleveje, hvor de skal træffe beslutninger, der vil få varig indflydelse på deres eget og deres fremtidige families liv. Hjælp dine elever til at blive fortrolige med Herrens svar på deres bønner, så de dagligt vil henvende sig til ham i ydmyghed).

Inden undervisningen kan du eventuelt skrive de første to eller tre underspørgsmål, som du finder i ældste Richard G. Scotts generalkonferencetale, på tavlen (se elevhæftet, s. 10-12). Spørg eleverne, om de nogensinde har overvejet disse spørgsmål.

Brug ældste Scotts konferencetale som kilde til at besvare de ti underspørgsmål, som er indsat i talen i elevhæftet. Du kan eventuelt inddele klassen i grupper og bede hver gruppe om at finde svarene på et eller flere spørgsmål. Bed grupperne om at fortælle resten af klassen, hvad de har lært. Skriv spørgsmålene op på tavlen under dem, du allerede har skrevet, i takt med, at I behandler dem.

## FORSLAG TIL ELEVOPGAVER

- Bed eleverne om at gennemgå afsnittet »Anvendelse og eksempler« i elevhæftet og besvare de dér stillede spørgsmål.
- Bed eleverne om at overveje, hvordan de kan indbyde Ånden i deres liv. Bed dem om at nedskrive deres tanker i afsnittet »Noter og indtryk« i deres elevhæfte.



## 3 SÆT MÅL OG ADMINISTRÉR DIN TID

### INDLEDNING

Mange mennesker kæmper med at sætte sig mål og administrere deres tid klogt. Hjælp dine elever til at forstå, hvordan målsætning og klog administrering af tiden kan forbedre deres liv og også hjælpe dem til bedre at tjene andre.



### PRINCIPPER

- Gode målsætninger giver vores liv retning.
- Vi bør sætte mål på adskillige områder.
- Når vi administrerer vores tid, får vi kontrol over vores liv, så vi kan tjene endnu bedre.

### UNDERVISNINGSFORSLAG

*Gode målsætninger giver vores liv retning.*

📖 Læs følgende uddrag af en landmands dagbog:

»Beslattede mig for at høste hø. Begyndte at spænde hestene for og opdagede, at seletøjet var i stykker. Jeg tog det med hen til kornkammeret for at reparere det, og så nogle tomme sække, der lå og flød. Sækkene mindede mig om, at der skulle fjernes spirer på nogle kartofler i kælderen. Jeg gik ned i kælderen for at ordne det og bemærkede, at rummet trængte til at blive fejlet. Jeg gik ind i huset for at hente en kost og så, at brændekurven var tom. Jeg gik hen til brændestablen og lagde bemærkede nogle syge kyllinger. De så så sørgelige ud, at jeg besluttede at hente medicin til dem. Eftersom jeg var løbet tør for medicin, sprang jeg ind i bilen og satte kurs mod apoteket. På vejen løb jeg tør for benzin.«

Spørg:

- Hvad afsporede landmanden fra hans mål om at høste hø?
- Hvorfor opfører vi os sommetider som landmanden?
- Hvad er et mål?
- Hvorfor er det vigtigt at holde fokus på et mål?
- Hvorfor er det vigtigt at sætte mål?
- Hvordan når vi vore mål?

Fortæl om følgende udsagn, som kan hjælpe os til at lære os at sætte gode mål:

- Et mål er en forventet bedrift.
- Værdien af et mål bestemmer dets prioritet.
- Når man prioriterer sine mål, sætter man dem i en ønsket orden.
- En kalender hjælper os med at skemalægge alt det, man ønsker at opnå.

De fleste fremgangsrige mennesker sætter mål. Målsætning hjælper os med at planlægge og giver os retning i livet.

☞ Skriv følgende på tavlen: *Langsigtede mål, Delmål, Umiddelbare mål og Daglige gøremål*. Spørg:

- Hvad anser I for langsigtede mål?
- Hvad anser I for delmål?
- Hvad anser I for kortsigtede mål?
- Nævn nogle eksempler på daglige gøremål.

Skriv svarene på tavlen under den tilhørende overskrift (se eksemplerne på følgende skema).

Langsigtede mål	Øge mine færdigheder, så jeg kan blive forfremmet på mit job. Blive værdig til ophøjelse og blive som min himmelske Fader.
Delmål	Fuldføre kurser eller fag svarende til et årsværk med henblik på at gennemføre en uddannelse. Modtage tempelordinancerne. Tjene i riget.
Kortsigtede mål	Indskrive sig og gennemføre kurser svarende til et semester med henblik på at gennemføre en uddannelse. Betale tiende og offerydelser regelmæssigt. Være trofast med hensyn til hjemme- og besøgsundervisning hver måned.
Daglige gøremål	Lave lektier til næste dag. Læse i skrifterne 30 minutter hver morgen. Bede morgen og aften.

Spørg:

- Hvorfor kan en liste over »daglige gøremål« være en hjælp til at nå vore mål?
- Hvorfor er det vigtigt at gennemgå vore daglige gøremål i forbindelse med vore langsigtede mål?
- Hvordan kan kortsigtede mål hjælpe os med at nå langsigtede akademiske og åndelige mål?
- Hvordan er de nævnte langsigtede mål, delmål, kortsigtede mål og daglige gøremål forbundet med hinanden?

Det siges, at et mål, der ikke er skrevet ned, kun er et ønske. Hjælp eleverne til at forstå, at når de nedskriver deres mål, kan det hjælpe dem med at huske og nå dem.

☞ Læs følgende råd fra ældste Franklin D. Richards, dengang assistent til De Tolv Apostles Kvorum:

»Mål bør ikke kun være umagen værd, men også realistiske. De bør opmuntre til en effektiv arbejdsindsats. Derfor bliver det at sætte og nå realistiske mål en vigtig del af den store evige fremgang« (i Conference Report, okt. 1969, s. 123).

Spørg: Hvordan kan vi finde ud af, om et mål er realistisk?

**Vi bør sætte mål på adskillige områder.**

☞ Bed to elever om at komme op til tavlen. Bed den ene om at skrive *timelig* og den anden om at skrive *åndelig*. Bed en tredje elev om at læse historien om den unge John Widtsoe fortalt af ældste G. Homer Durham, som står på s. 18 i elevhæftet. Bed eleverne ved tavlen om at skrive John Widtsoes mål op under *timelig* eller *åndelig*.

Spørg eleverne, under hvilken kategori (timelig eller åndelig), de ville placere følgende begreber: Tjeneste i Kirken, tjeneste i lokalsamfundet, familie, uddannelse, karriere, missionering, økonomi, slægtshistorie, motion, fritid.

Bed eleverne om at nævne specifikke mål, der passer til hvert punkt på den foregående liste (fx med hensyn til slægtshistorie, at indsende et navn til templet, økonomi og at opstille et budget).

**Når vi administrerer vores tid, får vi kontrol over vores liv, så vi kan tjene endnu bedre.**

☞ Drøft følgende spørgsmål:

- Hvor mange af jer ville ønske, at dagen havde flere timer? Hvorfor?
- Hvorfor mister vi kontrollen over vores tid?

Skriv på tavlen: *Vi får kontrol over vores liv, når vi får kontrol over vores tid.*

Spørg: Hvorfor er det vigtigt, at vi aktivt sætter kursen i vores liv i stedet for blot at lade tingene ske?

Læs L&P 60:13 sammen.

Spørg: Hvorfor er det vigtigt ikke at spille vores tid?

- ☞ Læs følgende udtalelse af ældste M. Russell Ballard, medlem af De Tolvs Kvorum. Fra en opregning af enkle ting, som unge mennesker kan gøre for at holde sig »rene, ædle og tapre«, så de kan tage på mission, sagde han:

»Begræns den tid, I bruger på computerspil. Hvor mange, I kan slå ihjel på ét minut i et computerspil, har ingen indvirkning på jeres evne til at blive gode missionærer« (se »Den bedste generation af missionærer«, *Liahona*, nov. 2002, s. 48).

Spørg:

- Hvilket princip underviser ældste Ballards udtalelse os i?
  - Hvad spilder vi ofte vores tid på?
  - Hvilken indstilling fører til spild af tid?
  - Hvordan kan moderne opfindelser være enten tidsspildere eller tidsbesparende?
- ☞ Et af de vigtigste redskaber, vi har til at administrere vores tid, er *planlægning*. Det siges: Planlæg dit arbejde, og arbejd derefter ud fra din planlægning. Planlægning hjælper os til at forudse fremtidige begivenheder nu, så vi kan gøre noget ved dem på forhånd.

Skriv følgende enkle regler for god planlægning på tavlen. (Skemaet kan tilpasses, så der er plads til delmål og langsigtede mål så som ugentlige, månedlige eller årlige mål).

1. Lav en liste over alt det, du skal nå i dag.
2. Giv hvert punkt en værdi (fx A = nødvendigt, B = vigtigt, C = af mindre betydning, D = spild af tid).
3. Udfør alle A'erne først, derefter B'erne osv.

Bed eleverne om at læse afsnittet »Anvendelse og eksempler« i elevhæftet (s. 20).

Læs udtalelserne af præsident Thomas S. Monson og præsident Gordon B. Hinckley på s. 19 i elevhæftet. Bed eleverne om at finde og sammenfatte deres råd angående prioriteter. Skriv dem på tavlen.

## FORSLAG TIL ELEVOPGAVER

- Giv dine elever til opgave at afsætte tid i løbet af ugen til at sætte sig et stille sted og nedskrive deres mål i livet, og derefter skriftligt beskrive, hvad de skal gøre i løbet af de næste fem år, det næste år og den følgende uge for at bevæge sig hen imod opnåelsen af et af disse mål i livet. Bed dem om at skrive et afsnit om hvert mål, hvor de beskriver, hvad det betyder for dem. De kan skrive det i afsnittet »Noter og indtryk« i deres elevhæfte.

## 4 KLOG ADMINISTRATION AF ØKONOMISKE RESSOURCER

### INDLEDNING



Mange mennesker bekymrer sig om deres økonomi. Mange bekymrer sig om, hvorvidt de har tilstrækkelige økonomiske ressourcer til at kunne sørge for dem selv eller deres familie. Andre forstår måske ikke betydningen af at være ærlige med hensyn til økonomi, fordi andre tilsyneladende har fremgang, selv om de er uærlige. Hjælp dine elever til at forstå betydningen af at betale tiende og offerydelser, hvordan man undgår gæld og sparer sammen til fremtiden, behovet for ærlighed i forbindelse med økonomi og hvordan man som familie kan samarbejde om at lægge et budget. Når vi trofast holder Herrens befalinger, får vi fremgang i landet (se 1 Ne 2:20). Dette løfte angår ikke kun materielle goder, men også personlige og familiemæssige velsignelser.

### PRINCIPPER

- Når man betaler tiende og offerydelser, bliver man velsignet.
- Når man undgår unødigt gæld og sparer op til fremtiden, bidrager det til, at man undgår økonomisk trældom.
- Ærlighed med hensyn til økonomiske anliggender viser vores personlige integritet.
- Rådslagning i familien bidrager til beslutningen om, hvordan ressourcerne skal anvendes.

### UNDERVISNINGSFORSLAG

*Når man betaler tiende og offerydelser, bliver man velsignet.*

- 👁️ Når vi administrerer vores økonomi, bør betaling af tiende være vores førsteprioritet. Læs følgende beretning fra præsident Joseph F. Smith:

»Min mor var enke med en stor familie at forsørge. Da vi et forår åbnede vore kartoffelkuler, fik min mor sine drenge til at tage et læs af de bedste kartofler, som hun kørte til tiendekontoret – kartoflerne var knappe dette år. Jeg var en lille dreng dengang og kørte forspandet. Da vi kørte op til tiendekontorets dørtrin rede til at aflæse kartoflerne, kom en af de ansatte ud og sagde til min mor: »Enkefru Smith, det er en skam, at du er nødt til at betale tiende« ...

Han irrettesatte min mor for at betale tiende, kaldte hende alt andet end klog og sagde, at der var andre, som var stærke og i stand til at arbejde, som fik hjælp fra tiendekontoret. Min mor sagde til ham: »William, du burde skamme dig. Vil du nægte mig en velsignelse? Hvis jeg ikke betalte min tiende, kunne jeg forvente, at Herren holdt sine velsignelser tilbage fra mig. Jeg betaler min tiende, ikke alene fordi det er Guds lov, men også fordi jeg forventer en velsignelse for at gøre det. Ved at holde den og andre love, forventer jeg at blive begunstiget og være i stand til at forsørge min familie« (i Conference Report, apr. 1900, s. 48).

Spørg: Hvad kan vi lære af præsident Smiths mor om betydningen af at betale tiende?

Bed eleverne om at læse præsident Gordon B. Hinckleys udtalelse på s. 24 i elevhæftet, der begynder med »Jeg siger ikke ...«

Spørg: Ud over øget velstand, hvordan kan Herren ellers velsigne os, når vi trofast betaler vores tiende og offerydelser?

Forklar, at når vi betaler tiende, viser vi vores tro, kærlighed og hengivenhed til Herren. Tiendemidlerne overvåges grundigt af Det Første Præsidentskab og bruges til at opbygge Herrens rige på jorden (se L&P 120).

👁 Vis eleverne den mønt, der er af mindst værdi, hvor du bor.

Spørg: Hvordan kan en mønt af så lille værdi have værdi for Herren?

Mens han tjente på jorden, så Herren en enke betale en offerydelse. Bed en elev læse Lukas 21:1-4. Forklar, at skærv var den mindste gangbare mønt på Jesu tid.

Spørg:

- Hvad vil det sige, at de rige gav »af deres overflod«, men enken gav »alt det, hun havde at leve af«?
- Hvorfor er vores indstilling til at give vigtigere for Gud end størrelsen af vores gave?

👁 Fortæl følgende eksempel:

Steve var studerende. Han havde deltidsarbejde og ingen gæld at bekymre sig om. Men da han fik udbetalt sin løn, opdagede han, at han ikke havde penge nok til at betale både husleje og tiende.

Spørg: Hvilket råd ville du give Steve?

Hjælp eleverne til at forstå, at vi betaler tiende, fordi vi har tro, og ikke fordi vi har penge (se ældste Joseph B. Wirthlins udtalelse på s. 24 i elevhæftet).

👁 Bed en elev læse præsident James E. Fausts udtalelse på s. 24 i elevhæftet.

Læs Mal 3:8-12 (mesterskriftsted: Mal 3:8-10) sammen med eleverne. Spørg:

- Hvad tror I, at »jeg åbner himlens vinduer« betyder? (Svarene kan omfatte både åndelige og timelige velsignelser).
- Anser I tiende for en gave til Gud eller betaling af gæld? Hvorfor?

☞ Læs følgende råd fra ældste Jeffrey R. Holland, medlem af fra De Tolvs Kvorum:

»... betal jeres tiende og offerydelser ud fra et ærligt og retskaffent ønske, fordi det er Guds retmæssige krav ...

At betale tiende er *ikke* en symbolsk gave, som vi nogle gange barmhjertigt giver til Gud. At betale tiende er at betale en gæld« (»Som en frodig have«, *Liahona*, jan. 2002, s. 39).

Spørg:

- Hvordan kan vi blive åndeligt velsignet, når vi betaler tiende?
- Hvem eller hvad tror du, at »æderne«, som omtales i Mal 3:11, er?

Forklar, at æderne kan være en forhindring i vores liv, der er tilbøjelig til at opbruge vore ressourcer, fx uheld, der kommer til at koste os dyrt, helbredsmæssige bekymringer og vores holdning til forbrug. Somme tider irrettesættes æderne af konsekvenserne af vore handlinger. Herren kan lære os, hvordan vi undgår eller overvinder disse udfordringer.

☞ Spørg: Hvordan kan betaling af tiende hjælpe os med at forberede os til Jesu Kristi andet komme? (Bed eleverne om at læse L&P 64:23 (mesterskriftsted) for at finde svaret).

☞ Læs følgende to udtalelser, og bed eleverne om at finde frem til de velsignelser, som man får for at betale tiende, og forklare, hvorfor mange af disse velsignelser er mere værd end penge.

Ældste Heber J. Grant, daværende medlem af De Tolv Apostles Kvorum, har vidnet:

»Jeg bærer vidnesbyrd – og jeg ved, at det vidnesbyrd, jeg bærer, er sandt – om, at de mænd og kvinder, der har været fuldstændig ærlige over for Gud, og som har betalt deres tiende ... vidner for hele verden om de velsignelser fra Gud, som de har fået gennem efterlevelse af denne lov, og at Gud har givet dem visdom til at udnytte de resterende ni tiendedele, og at de har været af større værdi for dem, og at de har opnået mere med dem, end de ville have gjort, hvis de ikke havde været ærlige over for Gud« (i Conference Report, apr. 1912, s. 30).

Præsident N. Eldon Tanner, som var rådgiver i Det Første Præsidentskab, har sagt:

»Betaling af tiende er en befaling, en befaling med et løfte. Hvis vi adlyder den befaling, bliver vi lovet, at vi skal »have fremgang i landet«. Denne fremgang består af mere end materielle goder – den kan også omfatte at kunne glæde sig over et godt helbred og en klar forstand. Den omfatter familiefølelse og åndelig vækst« (i Conference Report, okt. 1979, s. 119).

Bed en eller to elever om at fortælle om deres erfaringer med at betale tiende, og hvordan denne befaling har styrket deres tro på Frelseren.

***Når man undgår unødig gæld og sparer op til fremtiden, bidrager det til, at man undgår økonomisk trældom.***

☞ Skriv på tavlen: *Hvordan kan gæld begrænse vores frihed?*

Inddel klassen i fire grupper, og tildel hver gruppe en af de første fire udtalelser fra generalautoriteterne fra afsnittet »Undgå unødvendig gæld ...« på s. 24-25 i elevhæftet. Bed hver gruppe om at finde frem til den vigtigste pointe i deres tildelte udtalelse.

Bed en repræsentant fra hver gruppe om at deltage i en paneldiskussion foran klassen, når grupperne har haft mulighed for at drøfte udtalelserne. Stil følgende spørgsmål til elevpanelet og bed dem om at henvise til udtalelserne i elevhæftet, når det er muligt.

- Nævn nogle gode økonomiske vaner, vi bør tillægge os?
- Hvad vil det sige at »sætte [os] i beskedne udgifter«?
- Hvorfor er det let at skabe gæld og svært at slippe af med gæld?
- Hvilke former for gæld er acceptable?
- Hvordan kan gæld begrænse vores frihed?

Bed eleverne om at læse L&P 104:78-80. Skriv derefter Herrens principper og råd angående gæld op på tavlen. Spørg:

- Hvorfor synes I, at det er gode råd angående afvikling af gæld?
- Hvordan kan disse vers hjælpe jer til at undgå gæld?

Læs følgende udtalelse af præsident Heber J. Grant:

»Hvis der er én enkelt ting, som indgyder menneskehjertet og familien fred og tilfredshed, så er det at sætte tæring efter næring. Og hvis der er noget, som er tyngende, nedslående og beklemmende, er det at have gæld og forpligtelser, som man ikke kan indfri« (*Gospel Standards*, saml. G. Homer Durham, 1969, s. 111).

☞ Bed eleverne om at slå op på gældselimineringskalenderen i deres elevhæfte (s. 25) og læse ældste Marvin J. Ashtons forklaring til kalenderen. Bed dem lægge mærke til, at når gæld 1 på kalenderen er betalt i juli, bliver den månedlige betaling for den udbetalte gæld lagt til betalingen af gæld 2, så gæld 2 bliver hurtigere afbetalt. Bed eleverne om at forklare mønsteret, der fortsætter på resten af skemaet.

***Ærlighed med hensyn til økonomiske anliggender viser vores personlige integritet.***

☞ Skriv ordet *ærlighed* på tavlen. Bed eleverne om at forklare, hvad ordet betyder for dem.

Spørg: Hvordan påvirker ærlighed vores forhold til andre så som forældre, ægtefælle, arbejdskolleger og venner?

Forklar, at ærlighed over for andre afspejler, hvordan vi følger Herren. Herren har kaldt os sit pagtsfolk. Det skyldes, at vi er villige til at indgå og holde pagter med ham. Han har befalet os at være ærlige over for ham og vore medmennesker. Læs følgende oplevelse fra ældste James E. Faust, som på daværende tidspunkt var medlem af De Tolv Apostles Kvorum:



»Mens jeg virkede som tilsynsførende i Sydamerika, havde jeg en uforglemmelig oplevelse i Montevideo i Uruguay. Jeg ville veksle nogle penge, fordi jeg på daværende tidspunkt boede i Brasilien. Derfor tog bror Carlos Pratt mig med ind på et vekselkontor i Montevideos centrum. Han præsenterede mig for en af funktionærerne, og denne sagde, at han ville veksle 1.000 dollars. Jeg havde ikke 1.000 dollars i kontanter, men kun en check fra en bank i Salt Lake City. Vekselkontoret havde aldrig gjort forretninger med mig før. De havde faktisk aldrig set mig før og kunne ikke forvente at se mig igen. Det var umuligt for dem at få bekræftet, om jeg havde 1.000 dollars stående i den bank, hvorfra jeg havde checken. Men de godtog uden tøven min check, udelukkende baseret på den kendsgerning, at jeg var mormon, og fordi de tidligere havde gjort forretninger med andre mormoner. Jeg var ærligt talt både taknemlig og glad for deres tillid« (»Disse vil jeg gøre til mine ledere«, *Den danske Stjerne*, apr. 1981, s. 69-70).

Spørg:

- Hvordan påvirker vores ærlighed som medlemmer af Kirken flere end blot os selv?
- Hvordan er uærlighed en form for egoisme?

Bed eleverne om at fortælle om oplevelser, der er eksempler på økonomisk ærlighed.

Læs følgende udtalelse af præsident N. Eldon Tanner:

»Idealet ærlighed bliver aldrig umoderne. Det gælder alt, hvad vi gør. Som ledere og medlemmer af Kirken bør vi være selve indbegrebet af ærlighed« (*Den danske Stjerne*, maj 1982, s. 18).

Spørg: Hvorfor tror I, at personlig ærlighed er et af kravene for, at man kan få en tempelanbefaling?

**Rådslagning i familien bidrager til beslutningen om, hvordan ressourcerne skal anvendes.**

- ☞ Tegn tre spalter på tavlen og skriv *Far*, *Mor* og *Slægtninge* ovenfor. Gennemgå følgende udtalelse fra Det Første Præsidentskab og De Tolv Apostles Kvorum, og bed eleverne om at finde frem til forventningerne og skriv dem under den tilhørende kategori:

»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 forpligtede 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« (»Familien: En proklamation til verden«, *Stjernen*, januar 1996, s. 101).

Forklar, at når det kommer til at sørge for livets fornødenheder, kan en plan, der viser, hvor mange penge, man tjener, og hvor mange penge, man skal bruge, være en hjælp. Sådan en plan kaldes et budget.

Spørg: Hvorfor er det vigtigt, at begge ægtefæller deltager i at lægge et budget for familien?

Læs følgende råd fra ældste Marvin J. Ashton, som var medlem af De Tolvs Kvorum: Bed eleverne om at finde frem til yderligere indsigter i denne udtalelse, som kan føjes til listen på tavlen.

»I hjemmet bør styringen af økonomien mellem ægtemand og hustru ske som partnere, hvor begge har indflydelse på beslutninger og retningslinjer. Styring af familiens økonomi bør ske i fællesskab mellem mand og hustru i åbenhed og tillid til hinanden. Hvis den ene af ægtefællerne styrer økonomien og bruger det til at opnå magt og myndighed, vil det skabe ulighed i ægteskabet, hvilket er upassende. Hvis en ægtefælle på den anden side frivilligt fjerner sig fuldstændigt fra familiens økonomiske styring, frasiger vedkommende sig sit nødvendige ansvar« (*Enighed om pengene: Vejledning til familiens økonomi*, hæfte, 1992, s. 2-3).

## FORSLAG TIL ELEVOPGAVER

- Bed eleverne om at slå op på budgetarket på s. 31 i elevhæftet. Forklar, at uanset om de har en stor eller lille indkomst, kan de drage nytte af at lære at budgettere deres ressourcer. Et budget hjælper os til at planlægge og vurdere de penge, vi tjener og bruger. Bed eleverne om at begynde på et anslået budget ved hjælp af arket i deres hæfte. Illustrér din forklaring ved at lave et budget på tavlen, hvor du udfylder hver spalte med fiktive tal. Foreslå, at eleverne holder deres budget fortroligt.

Bed eleverne om at skrive deres forventede indtægter for én måned under »Indkomst« i spalten »planlagt«. Dette kan omfatte penge fra forskellige kilder, fx arbejde, opsparingskonti og legater.

Bed dem om at anslå deres forventede udgifter under »Udgifter« i spalten »Planlagt«. Bed dem om at medtage donationer til Kirken og opsparing til kommende behov og nødsituationer.

Bed eleverne om at anføre deres faktiske indkomst for én måned og skrive den i spalten »Faktuelt«. Bed dem også om at skrive deres faktiske udgifter for én måned, så de kan se, hvad de har brugt. Det er en udfordrende opgave, der kræver, at der føres dagligt regnskab. Det fylder sandsynligvis også mere end budgetarket i elevhæftet. Eleverne kan eventuelt skrive disse detaljerede tal på et andet ark papir, og derefter bruge budgetarket i elevhæftet til at opsummere deres indtægter og udgifter ved afslutningen af måneden.

Sidst på måneden bør eleverne sammenligne deres udgifter med deres indtægter. Når de har sammenholdt deres indtægter og udgifter, kan de vurdere, hvad de har brug for hver måned, og også hvilke udgifter de bør skære ned på. Klog budgetlægning kræver afbalancering af indtægter og udgifter, og at man bruger mindre, end man tjener. (Du kan eventuelt lave et fiktivt budget på tavlen med eksempler på indtægter og udgifter, der er almindelige for det område, du bor i).

## 5 TRO PÅ JESUS KRISTUS GIVER OS STYRKE TIL AT SØRGE FOR OS SELV OG ANDRE

### INDLEDNING

Tro på Jesus Kristus er et princip, der handler om styrke og handling, der kan vejlede os til at forbedre vores liv og hjælpe andre. Hjælp dine elever til at forstå, at når de udøver tro på Kristus og aktivt forsøger at forbedre deres levevilkår, vil Herren hjælpe dem med at opfylde deres fysiske og åndelige behov.



### PRINCIPPER

- Tro på Herren Jesus Kristus giver styrke til at vokse åndeligt og til at håndtere timelige anliggender.
- Herren har lovet, at han vil hjælpe med at sørge for os.
- Herren vil ikke give os befalinger i alt. Vi skal ivrigt stræbe efter at gøre meget godt.
- Når vi i tro kommer til Herren, vil han hjælpe os til at forstå, hvordan vi kan forbedre vores liv og hjælpe andre.

### UNDERVISNINGSFORSLAG

*Tro på Herren Jesus Kristus giver styrke til at vokse åndeligt og til at håndtere timelige anliggender.*

- 🔗 Spørg, om nogle af eleverne kan citere Ordsp 3:5-6 (mesterskriftsted). I så fald gives en elev muligheden, og derefter beder du klassen om at fremsige det sammen en eller to gange.

Spørg:

- Hvad tror I, at det betyder, at »Stol[e] på Herren af hele dit hjerte«?
- Mindskes vores behov for at udvikle forståelse, når vi stoler på Herren? Hvorfor?

Skriv på tavlen: *Tro er et princip med styrke.* Spørg eleverne, hvad de tror det betyder.

Læs følgende udtalelse af ældste Bruce R. McConkie, som var medlem af De Tolvs Kvorum:

»Tro i dens sande betydning er mere end blot bevæggrunden for menneskers og engles handlinger. Tro er også et virksomt princip. Tro er styrke. Og hvor der er styrke, er der tro; og hvor der ikke er styrke, er der ingen tro. Derfor siger Joseph Smith: »Tro er ikke kun et princip, der omfatter handling, men også styrke i alle intelligente væsener både i himlen og på jorden.« Tro findes i alle sfærer. Alle intelligente væsener – guder, engle, ånder eller mennesker – virker gennem dens kraft« (*A New Witness for the Articles of Faith*, 1985, s. 164).

Spørg:

- Hvilke eksempler fra skriften viser, at tro er styrke? (Se fx Eter 12:7-22).
- Hvordan øger disse eksempler din forståelse af tro?

Bed eleverne om at give nogle eksempler, hvor tro har velsignet deres liv.

Læs følgende forklaring på tro:

»At have tro på Jesus Kristus vil sige at have så meget tillid til ham, at vi gør alt, hvad han befaler. Der er ingen tro, hvor der ikke er lydighed. Ligeledes er der kun sand lydighed, hvor der er tro. Når vi sætter vores lid til Jesus Kristus og bliver hans lydige disciple, vil vor himmelske Fader tilgive vore synder og forberede os til at vende hjem til ham« (*Gospel Principles*, 1997, s. 118).

Spørg:

- Hvad lærer dette jer om, hvordan man øger sin tro?
- Hvordan ville større tro give jer styrke til at forbedre jeres timelige omstændigheder?

👁️ Skriv følgende ord øverst på tavlen: *Uddannelse, Beskæftigelse og Familie*.

Spørg: Hvordan kan større tro på Jesus Kristus hjælpe os til at forbedre os inden for hvert af disse områder?

Skriv elevernes svar på tavlen. (Hjælp dine elever til at forstå, at når vi adlyder Guds befalinger, opnår vi en større overflod af Ånden i vores liv, som leder os i vore timelige gøremål. Herren kan give os mulighed for at lære og øge vore evner, talenter og færdigheder).

Bed dine elever om under »Noter og indtryk« i deres elevhæfte kort at beskrive, hvordan de føler, at tro og lydighed kan sætte dem i stand til at forbedre sig både åndeligt og timeligt. Bed nogle få elever om at læse det op, som de har skrevet.

Bær dit vidnesbyrd om, at når de gør deres bedste for at efterleve evangeliet, vil Herren velsigne dem både åndeligt og timeligt.

***Herren har lovet, at han vil hjælpe med at sørge for os.***

👁️ Skriv på tavlen: *Bed om hjælp til det åndelige og timelige*. Skriv følgende skriftstedshenvisninger i en spalte under titlen:

- Alma 34:20
- Alma 34:21
- Alma 34:22

- Alma 34:23
- Alma 34:24
- Alma 34:25
- Alma 34:26

Bed eleverne om at læse og angive en nutidig anvendelse af hvert vers. Bed dem om at skrive i deres elevhæfter, hvad de gerne vil bede for de næste par uger.

👁 Vis billeder af jorden og nogle af dyrene på den (brug om muligt *Evangelisk kunst*, katalognr. 34735 110, billede nr. 100 »Skabelsen – levende væsener« og nr. 600 »Verden«). Læs L&P 104:14-18 sammen med eleverne og spørg:

- Hvad lærer disse vers os om forholdet mellem Herren og jorden?
- Hvad lærer de os om Herrens evne til at sørge for sine børn?
- Hvad skal vi selv gøre for at kvalificere os til Herrens hjælp?

Bed to eller tre elever om at give eksempler fra deres liv, hvor tro og gerning har ført til velsignelser så som beskæftigelses- eller uddannelsesmæssige muligheder.

***Herren vil ikke give os befalinger i alt. Vi skal ivrigt stræbe efter at gøre meget godt.***

👁 Bed eleverne om at tænke tilbage på sidste gang, de gjorde noget godt for andre uden at blive bedt om det. Spørg så:

- Hvorfor gjorde I det?
- Hvordan havde I det bagefter?

Bed eleverne om med egne ord at nedskrive lærdommene i L&P 58:26-27 (mesterskriftsted). Bed to eller tre om at læse det, de har skrevet.

Spørg:

- Hvad vil det sige at være »ivrigt engageret«?
- Nævn nogle gode sager i jeres liv, der vil velsigne jer, jeres familie og andre?
- Hvilke gode timelige sager arbejder I på?

Henled opmærksomheden på ældste Bruce R. McConkies udtalelse på s. 34 i elevhæftet.

Spørg: Hvilke retningslinjer ville I udstikke for at fastsætte balancen mellem vores tro og vore gerninger?

Mind eleverne om, at i genoprettelsens tidlige dage gav Herren Oliver Cowdery tilladelse til at oversætte fra guldpladerne. Læs L&P 9:7-8 sammen med eleverne.

Spørg:

- Hvad skulle Oliver Cowdery ifølge første halvdel af vers 8 have gjort i stedet for kun at bede Herren om hjælp?
- Hvad kan vi lære af Oliver Cowderys oplevelse med at søge Herrens hjælp?

**Når vi i tro kommer til Herren, vil han hjælpe os til at forstå, hvordan vi kan forbedre vores liv og hjælpe andre.**

☞ Læs følgende udtalelse fra ældste Joseph B. Wirthlin, medlem af De Tolv Apostles Kvorum, som belyser Herrens medfølelse for andre:

»Jeg kan let forestille mig de deforme ben på en mand, der aldrig havde kunnet gå, eller tårerne, der strømmede ned ad enkens kinder, da hun følger sin eneste søns legeme til graven. Jeg kan se de sultnes tomme blikke, de syges rystende hænder, forestille mig de fordømtes tryglende stemme, de udstødtes trøstesløse blik. De rækker alle ud efter én enkelt mand, en mand uden rigdom, uden hjem, uden status.

Jeg kan se denne mand, den levende Guds Søn, se på dem hver især med uendelig medlidenhed. Med hans hellige hånds berøring bringer han trøst til de nedslåede, helbredelse til de syge og frihed til de fordømte. Med et par ord rejser den døde mand sig fra sin bære, og enken omfavner sin genoplivede søn« (»Inspireret velfærd i Kirken«, *Liahona*, juli 1999, s. 89).

Spørg: Hvilke beviser ser du i Kirken på, at Herren tager sig af vore timelige behov i dag?

Brug spørgsmålene under »Ting til overvejelse« på s. 36 i elevhæftet til en drøftelse i klassen.

Præsident Gordon B. Hinckley har forklaret det princip, som Kirkens Selvsupplerende Uddannelsesfond bygger på. Bed eleverne om at læse den første udtalelse på s. 35 i elevhæftet og finde ud af, hvordan Den Selvsupplerende Uddannelsesfond kan velsigne deres og andres liv.

## FORSLAG TIL ELEVOPGAVER

- Bed eleverne om at interviewe én eller to personer i deres nabolag, der har videreuddannet sig. Eleverne skal derefter skrive et afsnit om hver person, de har interviewet, og sammenfatte personens fremgang siden afslutningen af hans eller hendes uddannelse, samt hvordan personens evne til at hjælpe andre både i og uden for Kirken er forandret.
- Drøft med eleverne nogle af de måder, hvorpå de føler, at uddannelse og beskæftigelse vil forbedre deres evne til at tjene i Herrens kirke og sørge for deres familie.
- Drøft, hvordan vores anvendelse af tiden hænger sammen med at være ivrigt engageret i gode sager.

## 6 SØRG FOR DIG SELV, FAMILIEN OG ANDRE

### INDLEDNING



Timelige ansvar hænger sammen med åndelig vækst. Fx er der sammenhæng mellem at holde Herrens befalinger og sørge økonomisk for vores familie. Hjælp dine elever til at lære at prioritere og sætte gode mål. Herren kan hjælpe os med at opfylde vores ansvar for at sørge for dem, vi elsker, når vi lægger og følger planer for at forbedre vore timelige vilkår.

### PRINCIPPER

- Det timelige og det åndelige hænger sammen.
- Vore prioriteter bør afspejle de evangeliske principper.
- Fædre har ansvaret for at sørge for livets nødvendigheder for familien samt beskytte den. Mødre har primært ansvaret for at opdrage deres børn.

### UNDERVISNINGSFORSLAG

*Det timelige og det åndelige hænger sammen.*

✎ Skriv *timelig* på tavlen og spørg eleverne, hvad de tror, ordet betyder. Du kan eventuelt læse definitionen fra et leksikon for dem. Forklar dem, at det angår tid og livet på jorden og verdslige anliggender snarere end det åndelige eller hellige.

Spørg:

- Hvilke befalinger er af timelig beskaffenhed? (Skriv svarene på tavlen).
- Hvorfor forekommer disse bud *timelige* snarere end *åndelige*?
- Hvorfor er det ukorrekt at tro, at det vi gør om søndagen er åndeligt, og at det vi gør ugens andre dage er timeligt?

Læs L&P 29:34-35 sammen med eleverne og drøft, hvordan de befalinger, der er nævnt på tavlen påvirker *både* de timelige og åndelige aspekter af vores liv.

Læs følgende udtalelse af præsident George Q. Cannon, som var rådgiver i Det Første Præsidentskab:

»Frelsesplanen omfatter alt det, der angår mennesket i kødet på jorden. I Guds øjne er der ikke forskel på det åndelige og det timelige. Han bruger denne vending i åbenbaringer til os, fordi han tilpasser sig vore omstændigheder og vores måde at anskue tingene på, men for ham er der ikke forskel på det timelige og åndelige.

Der er ikke forskel på åndelig frelse ... og timelig frelse. Vores legeme er af lige så stor værdi i Guds øjne som vores ånd ... Gud giver åbenbaringer til hans børns timelige frelse – dvs. til deres legemes frelse – og de er lige så vigtige på deres sted som hans åbenbaringer angående deres ånder«  
(*Gospel Truth: Discourses and Writings of President George Q. Cannon*, udv. Jerreld L. Newquist, 2 bind, 1957-74, 2:310).

Spørg:

- Hvordan er vores åndelige styrke med til at opfylde vore timelige og materielle behov?
- Hvilken forbindelse er der mellem at tjene til føden og vores åndelige vækst?

***Vore prioriteter bør afspejle de evangeliske principper.***

👁 Læs følgende eksempel:

En nylig hjemvendt missionær havde svært ved at finde arbejde. Endelig fandt han to ledige jobs. Det job, der gav højest løn, krævede, at han arbejdede om søndagen. Han drog denne slutning: »Jeg ved, at det er vigtigt at gå i kirke, men det er et virkelig godt jobtilbud. Og selv om jeg skal arbejde om søndagen, er jeg bange for, at hvis jeg ikke tager jobbet, vil jeg ikke være i stand til at opfylde mine økonomiske forpligtelser.«

Spørg: Hvilket vigtigt evangelisk princip bør denne person overveje? (Skriv svarene på tavlen).

👁 Bed eleverne om at læse Matt 22:36-39, og spørg dem, hvad disse vers lærer os om prioriteter.

Gennemgå sammen med eleverne ældste Russell M. Nelsons udtalelse på s. 41 i elevhæftet.

Spørg:

- Hvordan kan korrekt prioritering være en beskyttelse for os?
- Hvordan kan vi gøre gode prioriteter til en del af vores liv?

Forklar, at eftersom Gud interesserer sig for både vores timelige og åndelige velbefindende, vil han hjælpe os med begge aspekter af vores liv, når vi prioriterer ham først.



Læs følgende råd fra præsident Ezra Taft Benson:

»Vi bør sætte Gud før alt muligt andet i livet. Han skal komme i første række, således som han siger det i det første af de ti bud: »Du må ikke have andre guder end mig« (2 Mos 20:3).

Når vi lader Gud komme i første række i livet, så vil alt andet falde på plads eller forsvinde ud af vores liv. Vores kærlighed til Herren vil danne grundlag for vore følelser, hvordan vi anvender vores tid, vore interesser og voers prioritering.

Vi bør sætte Gud før *alle andre* i vores liv ...

Hvis der er en, der ønsker at blive gift med jer uden for templet, hvem stræber I så efter at behage – Gud eller mennesker? Hvis I holder på, at I vil giftes i templet, behager I Herren og velsigner den anden part. Hvorfor? Fordi den person enten bliver værdig til at komme i templet – hvilket ville være en velsignelse – eller også vil personen gå – hvilket også kan være en velsignelse – fordi ingen af jer ønsker, at I ikke skal være lige.

I bør være tempelværdige. Så vil I vide, at der ikke er nogen, det er værd at gifte sig med uden for templet. Hvis en person er så god, vil han eller hun gøre det muligt at blive gift i templet.

Vi velsigner vore medmennesker, når vi sætter det første bud først ...

Gud elsker os; Djævelen hader os. Gud ønsker, at vi skal have en fylde af glæde ligesom han har. Satan ønsker, at vi skal være ulykkelige, ligesom han er. Gud giver os befalinger for at velsigne os. Djævelen ønsker, at vi skal overtræde disse befalinger, for at forbande os« (»Det største bud – du skal elske Gud«, *Stjernen*, juli 1988, s. 4).

Bed eleverne om eksempler på, hvad de udelader i deres liv, når de sætter Gud først.

Bed eleverne om i afsnittet »Noter og indtryk« i elevhæftet at skrive tre vigtige beslutninger, de ved, at de skal træffe i den nærmeste fremtid. Bed dem om at beskrive, hvordan gode prioriteter vil påvirke hver beslutning.

***Fædre har ansvaret at sørge for livets nødvendigheder for familien samt beskytte den. Mødre har primært ansvaret for at opdrage deres børn.***

☞ Bed eleverne om at forestille sig, at nogle mennesker mener, at det ikke er deres ansvar at sørge for og tage sig af sig selv og deres familie. De synes, at andre mennesker bør være ansvarlige for at sørge for dem.

Læs L&P 42:42 og 56:17 sammen med eleverne, og spørg så: Hvorfor tror I, at uafhængighed er et vigtigt evangelisk princip?

☞ Skriv på tavlen: *Fædres ansvar* og *Mødres ansvar*.

Del klassen op i tre grupper. Bed den første gruppe om at gennemgå præsident Gordon B. Hinckleys råd på s. 41 i elevhæftet. Bed den anden gruppe om at læse udtalelsen fra Det Første Præsidentskab og De Tolv Apostles Kvorum fra familieproklamationen og præsident Spencer W. Kimballs udtalelse på s. 41 i elevhæftet. Bed den tredje gruppe om at gennemgå ældste Bruce R. McConkies udtalelse på s. 41-42 i elevhæftet.

Bed en repræsentant fra hver gruppe om på tavlen at skrive fædres og mødres ansvar, som nævnt i deres tildelte afsnit.

Spørg:

- Hvad er den generelle forskel på fædres og mødres ansvar?
- Hvilke ansvar, som er nævnt på tavlen, er de fælles om?

Læs følgende udtalelse af præsident Gordon B. Hinckley:

»For en del år siden holdt præsident Benson en tale til Kirkens kvinder. Han opmuntrede dem til at forlade deres ansættelse og give deres tid til deres børn. Jeg støtter den holdning, han havde.

Imidlertid anerkender jeg også, som han anerkendte, at der er nogle kvinder (det er faktisk blevet til ret mange), som må arbejde for at sørge for deres families behov. Jer vil jeg opfordre til at gøre jeres bedste. Jeg håber, at hvis I er fuldtidsansatte, at I gør det for at sikre, at familiens grundlæggende behov bliver dækket og ikke blot for at opfylde et ønske om et fint hjem, flotte biler og anden luksus. Det vigtigste job, en mor nogensinde kommer til at udføre, vil være at passe og undervise, opløfte, opmuntre og opfostre sine børn i retfærdighed og sandhed. Ingen anden kan fyldestgørende tage hendes plads.

Det er så godt som umuligt at være fuldtids-husmor og fuldtidsansat. Jeg ved, hvordan nogle af jer kæmper med beslutninger om dette. Jeg gentager: Gør jeres bedste. I kender jeres situation, og jeg ved, at I er virkelig interesseret i jeres børns velfærd. I har alle en biskop, som vil rådgive og hjælpe jer. Hvis I føler, at I har brug for at tale med en forstående kvinde, så tøv ikke med at kontakte jeres hjælpeforeningspræsident« (»Kirkens kvinder«, *Stjernen*, jan. 1997, s. 66).

## FORSLAG TIL ELEVOPGAVER

- Bed eleverne om at besvare følgende spørgsmål under »Noter og indtryk« i elevhæftet.
  - Hvad mener I, det vil sige at være en god forsørger?
  - Hvordan er rollen som forsørger forskellig fra fædre til mødre? Hvad drager de hver især omsorg for?
  - Hvad gør du, der vil gøre dig til en god forsørger for dig selv og din familie?

## 7 OPDAG OG UDFOLD TALENTER OG EVNER

### INDLEDNING



Vi kommer til jorden med en enestående sammensætning af talenter og evner, som vi videreudvikler, mens vi er på jorden. Frygt og tvivl har afholdt nogle mennesker fra at opfylde deres fulde potentiale med hensyn til talenter og evner. Hjælp eleverne til at lære at finde frem til deres individuelle talenter og evner og beslutte sig for at udvikle dem gennem hengivenhed, fast beslutning og hårdt arbejde. Kirkemedlemmers talenter og evner er en kilde til velsignelser, når de villigt lader andre få glæde af dem.

### PRINCIPPER

- På grund af vores udvikling i det før-jordiske liv, kommer vi alle til jorden med en enestående sammensætning af talenter og evner.
- Når vi sætter vores lid til Ånden, vil Herren hjælpe os med at opdage og udvikle vore talenter og evner.
- Herren hjælper os til at overvinde vores tvivl og frygt, når vi søger hans hjælp til at udvikle vore talenter og evner.
- Udvikling af talenter og evner kræver en individuel indsats.

### UNDERVISNINGSFORSLAG

*På grund af vores udvikling i det før-jordiske liv, kommer vi alle til jorden med en enestående sammensætning af talenter og evner.*

- ✎ Bed eleverne om at nævne nogle talentfulde eller dygtige mennesker og skriv deres svar på tavlen. Spørg:
- Hvor lang tid tager det at udvikle de evner, som disse mennesker har?
  - Hvordan kan talenter og evner bruges til gavn for andre?
  - Hvorfor synes nogle mennesker at være født med bestemte evner eller talenter?

Læs følgende udtalelse af ældste Bruce R. McConkie, som var medlem af De Tolvs Kvorum:

»Alle mennesker er i dette liv blevet begavet med de talenter og evner, som deres før-jordiske liv gav dem ret til at modtage. Gennem lydighed mod loven opnåede nogle ét talent og nogle et andet i forudtilværelsen, og de tager alle de talenter, de fik dér, med sig til jorden (Abr 3:22-23)« (*Doctrinal New Testament Commentary*, 3 bind, 1966-1973, 1:688).

Spørg eleverne:

- Hvorfor er det vigtigt at udvikle de talenter, vi har med os fra vores forudtilværelse?
- Hvordan kan vores talenter være en hjælp til at vælge erhverv?
- Hvordan kan vi bruge disse talenter i vores erhverv?
- Hvordan kan vi bruge disse talenter i vores familie?
- Hvilke talenter kan en mor finde særlig anvendelige i forbindelse med børneopdragelse?

***Når vi sætter vores lid til Ånden, vil Herren hjælpe os med at opdage og udvikle vore talenter og evner.***

☞ Spørg: Hvordan kan vi finde ud af, hvilke talenter og evner vi har? Svarene kan omfatte følgende:

- At indse, hvad vi er gode til.
- At spørge andre, fx forældre og venner, hvad de synes er vore talenter.
- At tage en test, der viser vore interesser og evner. Sådanne tests afholdes ofte på skoler og jobcentre.
- At lære om forskellige evner og talenter ved at læse, iagttage og tale med andre.
- At forfølge nogle interesseområder med hjælp fra mennesker, som er uddannede inden for de områder og kan rådgive og komme med forslag.
- At bede om Herrens vejledning.
- At læse vores patriarkalske velsignelse under bøn.
- At bruge fritiden til at opdage og udfolde nyttige færdigheder.

☞ Bed eleverne om at nedskrive nogle af deres talenter under »Noter og indtryk« i deres elevhæfte og beskrive, hvordan de har tænkt sig at udvikle dem.

Bed eleverne om at nævne en person, som er særlig dygtig eller talentfuld inden for følgende områder, og forklar, hvorfor den person har imponeret dem:

- Et fag eller et erhverv
- Musik, kunst eller andre talenter
- En færdighed, der kan bruges i fritiden eller i hjemmet

☞ Bed eleverne om at læse 1 Ne 17:7-11, 16 og 18:1-2.

Spørg:

- Hvilke talenter eller evner brugte Nefi til at gå Herrens ærinde? (Han kunne smelte malm og lave sit eget værktøj).

- Hvad gjorde Herren for at hjælpe Nefi? (Herren viste Nefi, hvor han kunne finde malm, og hvordan han skulle bygge skibet).

Forklar eleverne, at fordi Nefi satte sin lid til Herren, blev han i stand til at *anvende* og *udvikle* sine talenter.

Bed eleverne om at læse 2 Ne 5:15-17.

Spørg: Hvorfor tror I, at Nefi kunne undervise sit folk i at gøre alt dette? (Han havde tilegnet sig og udviklet disse færdigheder tidligere).

***Herren hjælper os til at overvinde vores tvivl og frygt, når vi søger hans hjælp til at udvikle vore talenter og evner.***

☞ Bed eleverne om at læse Moses 6:31. Tegn følgende linje på tavlen:

(Frygtsom) 1—2—3—4—5—6—7—8—9—10 (Selvsikker)

Bed eleverne om at vælge et tal på linjen, der viser, hvordan de tror Enok havde det med sine egne evner. (De vælger sandsynligvis et lavt tal). Bed dem om at fortælle om oplevelser, hvor de har stået over for en opgave, de ikke følte, at de var i stand til at fuldføre eller gøre godt nok, og fortælle, hvad de gjorde for at klare udfordringen.

Bed en elev om at læse Moses 7:13 og fortælle, hvad Enok opnåede.

Bed eleverne om at vælge et tal på linjen, der viser, hvor selvsikker han var på det tidspunkt. Spørg, hvad de tror, der gjorde forskellen for Enoks selvtillid.

Bed en elev læse Moses 6:32-34. Spørg:

- Hvordan hjalp Herren Enok til at overvinde sin tvivl og frygt?
- Hvilke principper fra disse skriftsteder kan vi anvende i vores liv, som kan give os selvtillid?

☞ Spørg eleverne, hvilket råd de ville give i følgende situationer:

1. En ung mand eller kvinde fik større selvtillid, mens de var på mission. Siden han eller hun kom hjem, har pågældende dog ikke følt den nødvendige selvtillid til at finde passende beskæftigelse eller tage en uddannelse.
2. En ung præstedømmeleder er usikker på, hvordan han skaber balance mellem sin kaldelse i Kirken og hans uddannelse.
3. Et ungt gift par bekymrer sig over deres evne til at forsørge en familie.

☞ Skriv på tavlen: *Giv ikke op og Spring ikke fra.*

Læs følgende:

Ældste Jeffrey R. Holland, medlem af De Tolv Apostles Kvorum, fortalte, at han som ung kørte med sin hustru og sine små børn tværs over USA fra St. George i Utah til Boston i Massachusetts, hvor han skulle fortsætte sine universitetsstudier. De havde kun rejst 55 km, da deres bil brød sammen. Ældste Holland efterlod sin hustru, Pat, og deres to små børn i bilen, mens han selv gik til en by i nærheden for at få hjælp. Efter at have fået hjælp, og bilen var blevet repareret og kørt tilbage til St. George for at blive efterset, kørte de videre, blot for at opleve, at bilen igen brød sammen ca. 5 meter fra det sted, hvor den brød sammen første gang.

Tredive år senere, da deres børn var voksne og gift, kørte ældste Holland og hans hustru forbi det sted, hvor han havde efterladt dem for at gå efter hjælp. Da han tænkte tilbage på hændelsen, så han sig selv for sig som en modløs ung mand.

Han sagde: »Hans skuldre syntes sammensunkne, og vægten af hans frygt kunne ses i hans skridt ... I det øjeblik, jeg så det for mig, kunne jeg ikke lade være med at råbe til ham: ›Giv ikke op, knægt. Spring ikke fra. Bliv ved med at gå. Fortsæt derudad. Der findes hjælp og lykke forude – og det i stor grad – indtil nu 30 år, og det bliver ved. Hold hovedet højt. Det ordner sig til sidst. Stol på Gud og tro på det gode, som vil komme« (se »En ypperstepræst for de goder, som nu er blevet til«, *Liahona*, jan. 2000, s. 44-45).

Spørg: Hvordan kan det hjælpe os til at overvinde tvivl og frygt, ved ikke at give op?

Bed en elev om at læse præsident Gordon B. Hinckleys råd på s. 47 i elevhæftet.  
Spørg: Hvilket indtryk gør præsident Gordon B. Hinckleys råd på dig?

### ***Udvikling af talenter og evner kræver en individuel indsats.***

☞ Vis en elev et billede af en person, du ser op til, og forklar, hvorfor du synes, at den pågældende er talentfuld. Eller vis et billede af en sportsudøver, koncertpianist, leder eller et andet menneske, som har opnået noget særligt. En lokalavis kan være et godt sted at finde et billede af én, du kan bruge som eksempel. Spørg:

- Hvordan bliver sådanne mennesker så dygtige? (De udvikler ofte deres talenter gennem megen øvelse og en stor indsats).
- Hvilken rolle spiller arbejde og øvelse i forbindelse med udvikling af talenter?
- Hvis vi alle øvede os nok, kunne vi så blive koncertpianister? Hvorfor?
- Hvad sker der, når et menneskes talenter ikke bruges eller udvikles?

☞ Læs følgende udtalelse af præsident James E. Faust, rådgiver i Det Første Præsidentskab:

»Præsident Heber J. Grant havde et yndlingscitater fra Ralph Waldo Emerson, som han efterlevede: ›Det, vi bliver ved med at gøre, bliver lettere for os at gøre – ikke fordi selve handlingens natur ændrer sig, men fordi vores evne til at udføre den forbedres« (»Selvbeherskelsens magt«, *Liahona*, juli 2000, s. 55).

☞ Følgende to beretninger fra præsident Grants liv belyser, hvordan han udviklede sine færdigheder inden for områder, hvor han oprindeligt havde haft begrænsede evner:

- Da Heber J. Grant var dreng, havde han ikke meget erfaring inden for sport. Han meldte sig ind i en baseball-klub, men skulle spille sammen med de yngre spillere. Han forklarede:

»En af årsagerne hertil var, at jeg ikke kunne kaste bolden fra en base til den næste; en anden årsag var, at jeg ikke var stærk nok til at svinge battet og løbe godt nok. Når jeg samlede en bold op, så plejede drengene at råbe: ›Kast den til mig, tøsedreng!‹ Mine unge kammerater morede sig så meget på min bekostning, at jeg højtideligt lovede mig selv, at jeg ville komme til at spille baseball på et hold, der vandt Utah-territoriets mesterskab.

Dengang levede min mor af at have logerende boende, og jeg pudsede deres støvler, indtil jeg havde sparet en dollar sammen, som jeg investerede i en baseball. Jeg brugte utallige timer på at kaste bolden op ad naboens lade ... Jeg havde ofte så ondt i armen, at jeg knapt nok kunne falde i søvn om aftenen.

Men jeg blev ved med at træne, og til sidst lykkedes det mig at komme med i vores klubs andehold. Senere meldte jeg mig ind i en bedre klub, og med tiden kom jeg til at spille med på det førstehold, som vandt Territoriets mesterskab. Da jeg dermed havde opfyldt, hvad jeg havde lovet mig selv, trak jeg mig tilbage fra baseballbanen« (»Work, and Keep Your Promises«, *Improvement Era*, jan. 1900, s. 196-197).

- Som ung besluttede Heber J. Grant sig for, »at han en dag ville være bogholder i Wells Fargo and Companys Bank. På det tidspunkt blev alle bankens optegnelser og konti skrevet i hånden, og et af kravene til en god bogholder var en pæn håndskrift. At lære at skrive pænt var hans første skridt for at sikre sig det job og opfylde hans beslutning, så han begyndte at arbejde med sin håndskrift.

I begyndelsen var hans håndskrift så dårlig, at da to af hans venner så den, sagde den ene til den anden: »Den håndskrift ligner hønsefødder.« »Nej,« sagde den anden, »det ser ud som om, at lynet er slået ned i en blækflaske.« Det krænkede Hebers stolthed, så han slog sin næve i bordet og sagde: »En dag vil jeg være i stand til at give jer to fyre lektioner i håndskrift« ...

Da Heber, der stadig var teenager, arbejdede som forsikringsassistent i H.R. Mann and Co.'s kontor, blev han tilbudt tre gange sin løn for at tage til San Francisco som skribent. Han blev senere lærer i skrivekunst og bogføring ved University of Deseret (University of Utah)« (Bryant S. Hinckley, *Heber J. Grant: Highlights in the Life of a Great Leader*, 1951, s. 39-40).

Da Heber var 19 år, havde han nået sit mål om at arbejde for Wells Fargo and Company (se Hinckley, *Heber J. Grant*, s. 42).

Spørg: Hvorfor skyldes de fleste gode resultater hårdt arbejde?

- ☞ Anspor eleverne til at udvikle deres talenter og evner. Læs følgende udtalelse af præsident Gordon B. Hinckley:

»Jeg kunne ikke ønske noget bedre for jer, end at jeres liv bærer frugt, at I vil tjene med hengivenhed og gavmildhed, at I vil bidrage til denne verdens viden og trivsel, og at I vil gøre det med ydmyghed og trofasthed over for Gud. Han elsker jer. Vi elsker jer. Vi ønsker, at I skal være lykkelige og få succes, så I kan yde store bidrag til den verden, I lever i, og til den videre udvikling af dette, Herrens store og majestætiske værk« (»En profets råd og bøn for ungdommen«, *Liahona*, apr. 2001, s. 40).

## **FORSLAG TIL ELEVOPGAVER**

- Bed eleverne om under »Noter og indtryk« at skrive og vurdere, hvad de mener, deres talenter og evner er. Bed hver elev om at bede en person, han eller hun respekterer, om at lave en liste over elevens talenter og evner. Bed eleverne om at sammenligne deres to lister og finde to talenter eller evner, som han eller hun kan fokusere på at udvikle i fremtiden.
- Når eleverne har fundet frem til nogle af deres talenter og evner, kan du bede dem om at vurdere, hvilke af dem, der kan føre til et godt job. Spørg derefter: Hvis ingen af de talenter eller evner, I har fundet frem til, umiddelbart angår arbejdsrelevante færdigheder, er der så nogen af dem, der kan anvendes til at bidrage til en god stemning på arbejdspladsen? Hvordan?



## 8 VI KAN ALLE BIDRAGE TIL AT OPBYGGE GUDS RIGE PÅ JORDEN

### INDLEDNING



Ethvert medlem af Kirken kan bidrage med noget til opbygning af Guds rige. Det bedste sted at gøre dette er i vores eget hjem, i vores egen menighed og i vores egen stav. Forklar eleverne, at det ikke er afgørende, *hvor* vi tjener, men *hvordan*. Når vi er aktivt engageret i rigets værk på et hvilket som helst niveau, velsigner det vores liv og giver vækst på utallige områder.

### PRINCIPPER

- Vi bidrager til at opbygge Guds rige, når vi lever retfærdigt.
- Enkeltpersoner og familier styrkes gennem aktiviteter i Kirken.
- Vi bør villigt tjene, uanset hvor vi er.
- Vi bliver velsignet, når vi tjener i Guds rige.

### UNDERVISNINGSFORSLAG

*Vi bidrager til at opbygge Guds rige, når vi lever retfærdigt.*

- 👁️ Skriv *Guds rige* på tavlen. Bed eleverne om at fortælle, hvad de mener, at Guds rige er. Bed en elev oplæse indledningen til kapitel 8 på s. 52 i elevhæftet.

Læs følgende opfordring fra præsident Gordon B. Hinckley:

»Jeg opfordrer jer hver især, uanset hvor I som medlemmer af denne kirke er, til at rejse jer og med en sang i hjertet gå fremad, efterlev evangeliet, elsk Herren og opbyg riget. Sammen vil vi holde kursen og bevare troen, for den Almægtige er vores styrke« (*Stjernen*, jan. 1996, s. 72).

Spørg: Hvorfor spiller alle medlemmer en vigtig rolle i forbindelse med Kirkens vækst?

- 👁️ Bed eleverne om at nævne nogle indstillinger og handlinger fra de enkelte kirkemedlemmers side, der bidrager til at styrke Kirken. Skriv svarene på tavlen. De kan blandt andet omfatte:
- Glæde.
  - Optimisme.
  - Bøn og daglig skriftstudium (se Jos 1:8, mesterskriftsted).

- Omvendelse fra synder (se L&P 58:42-43, mesterskriftsted).
- Værdighed til en tempelanbefaling.
- Efterlevelse af profetens råd (se L&P 1:38, mesterskriftsted: L&P 1:37-38).
- Trofast tjeneste i kirkekaldelser.
- Betaling af en fuldstændig og ærlig tiende (se Mal 3:8-10, mesterskriftsted).
- Deltagelse i kirkemøder.
- Afholdelse af familieaften.

Spørg: Hvordan styrkes Kirken af hver af de indstillinger og handlinger, der står på tavlen?

☞ Spørg eleverne: Hvordan kan vi styrke os selv som medlemmer af Guds rige?

Forklar, at præsident Gordon B. Hinckley i en tale til de unge og de unge voksne nævnte seks måder, hvorpå vi kan styrke os selv til at klare de udfordringer, vi står over for (se »En profets råd og bøn for ungdommen«, *Liahona*, apr. 2001, s. 33). Skriv de seks råd på tavlen, og bed eleverne om at give eksempler og fortælle om deres tanker angående profetens råd.

1. Vær taknemlig.
2. Vær dygtig.
3. Vær ren.
4. Vær tro.
5. Vær ydmyg.
6. Vær bønssom.

### ***Enkeltpersoner og familier styrkes gennem aktiviteter i Kirken.***

☞ Bed en elev om at læse præsident Thomas S. Monsons historie på s. 53 i elevhæftet højt for klassen. Spørg:

- Hvordan kan kullene sammenlignes med aktivitet i Kirken?
- Hvad kan vi gøre for at være aktive i Kirken og leve op til vore forpligtelser over for Herren?

☞ Læs og drøft følgende liste fra præsident Ezra Taft Benson (du kan eventuelt lave en overhead eller et uddelingsark):

- »1. Vi skal være Jesu Kristi evangeliums »lys« for andre ...
2. Vi skal være opmærksomme på muligheder for at fortælle andre om evangeliets budskab ...
3. Vi bør gøre vores bedste for at hjælpe vore sønner og vore børns sønner med at forberede sig til en mission ...
4. Vores hjem bør være et kærligt og harmonisk fristed ...
5. Vi bør søge templets velsignelser og ordinancer ...
6. Det er vores pligt at udføre tempelordinancer for vore afdøde slægtninge ...
7. Vi bør som familier stræbe efter at være økonomisk uafhængige ...

8. Præstedømmebærere bør våge over deres kvorumsmedlemmer og deres familier gennem organiseret hjemmeundervisning ...
9. Vi bør deltage i Kirkens programmer og aktiviteter – holde sabbatten hellig, overvære møderne og modtage og højne vore kaldelser ...
10. Alle voksne medlemmer bør betale en ærlig tiende og yde gavmilde fasteofre« (»Forstærk dine stave«, *Stjernen*, aug. 1991, s. 5-6).

Foreslå eleverne at udvælge og stræbe efter at forbedre sig inden for tre af punkterne på præsident Bensons liste i løbet af de næste par uger. Bed dem om, under »Noter og indtryk« i deres elevhæfte, at skrive, hvad de har tænkt sig at forbedre inden for hver af de punkter, de har valgt. Bed dem om at fortælle om deres oplevelser med dette en anden gang.

***Vi bør villigt tjene, uanset hvor vi er.***

- ☞ Bed en elev om at citere eller læse Mosi 2:17 (mesterskriftsted). Bed eleverne om at forklare, hvad det betyder for dem.

I Kirkens begyndelse bad Herren de hellige om at samle sig på steder, hvor Kirken blev samlet, fx Kirtland i Ohio, Jackson County i Missouri, Nauvoo i Illinois og i Utah.

Spørg: Hvor bør Kirkens medlemmer samles i dag?

Læs følgende udtalelse fra Det Første Præsidentskab fra et brev dateret 1. dec. 1999 som en hjælp til at besvare spørgsmålet. Udtalelsen er et råd, som vi længe har fået fra præstedømmelederne angående vigtigheden af, at medlemmerne opbygger Kirken i deres egne lande:

»Når medlemmer over hele verden forbliver i deres hjemland, og arbejder på at opbygge Kirken i deres fædreland, vil de opleve store velsignelser både personligt og for Kirken som helhed. Stave og menigheder i hele verden styrkes, hvilket gør det muligt at forkynde evangeliet for endnu flere af vor himmelske Faders børn.

Vi er overbeviste om, at Kirkens medlemmer i hele verden bliver velsignet, når de følger dette råd og arbejder på at styrke deres lokale menighed og samfund« (»Counsel about Immigration«, *Ensign*, mar. 2000, s. 79).

Spørg: Hvorfor er det vigtigt at opbygge Guds rige i vores eget land?

- ☞ Læs følgende udtalelse af ældste Bruce R. McConkie, som var medlem af De Tolvs Kvorum:

»Der bliver ... oprettet Zions stave helt til jordens ender. Lad os i den forbindelse overveje følgende kendsgerninger: En Zions stav er en del af Zion. I kan ikke skabe en Zions stav uden at skabe en del af Zion. Zion er de rene af hjertet. Vi får denne renhed i hjertet gennem dåb og lydighed.

En stav har sine geografiske grænser. En stav skabes på samme måde, som man bygger en hellig by. Enhver stav på jorden er indsamlingssted for Israels tabte får, som bor i det pågældende område.

Indsamlingsstedet for peruvianere er Zions stave i Peru, eller steder som snart vil blive stave. Indsamlingsstedet for chilenerne er Chile, for bolivianere Bolivia, for koreanere Korea og så videre, langs alle jordens længde- og breddegrader. De spredte israelitter i alle lande kaldes sammen i Kristi fold, i Zions stave, for at opbygges i deres nationer ...

Derfor er brødrenes råd: Opbyg Zion – men gør det i det område, hvor Gud har ladet jer føde og blive borgere. Opbyg Zion dér, hvor han har givet jer statsborgerskab, familie og venner. Zion er her i Sydamerika, og de hellige, der udgør denne del af Zion, er og bør være en gennemsyrende og god påvirkning i alle disse lande.

Og vid dette: Gud vil velsigne den nation, der ordner sine forhold på en sådan måde, at den fremmer Herrens værk« (se »Opbygning af Zion«, *Den danske Stjerne*, sep. 1977, s. 14-15).

Spørg:

- Hvad lærer ældste McConkie os om Zion?
- Hvad vil det sige at være »en gennemsyrende og god påvirkning«?
- Hvordan kan Kirken være en gennemsyrende påvirkning i et land?

Bed eleverne om at fortælle om oplevelser med kirkemedlemmer, de kender, som er en gennemsyrende påvirkning i deres menighed, stav eller lokalsamfund, og hvordan de gør en forskel og velsigner andre.

*Vi bliver velsignet, når vi tjener i Guds rige.*

☞ Bed eleverne om at læse ældste Derek A. Cuthbert udtalelse på s. 54-55 i elevhæftet. Bed dem nævne velsignelserne ved tjeneste. Bed dem om at give eksempler ud fra deres egen erfaring.

## FORSLAG TIL ELEVOPGAVER

- Bed eleverne om at finde frem til bestemte områder i deres liv, som de kan ændre for at leve mere retfærdigt.
- Bed eleverne om at finde frem til tre måder, hvorpå de kan opbygge Herrens rige der, hvor de bor, og skrive dem under »Noter og indtryk« i elevhæftet. Bed dem om at sætte specifikke mål, der hjælper dem til at opnå gode resultater.

## 9 UAFHÆNGIGHED PÅ HERRENS MÅDE

### INDLEDNING



»Lige fra den første tid i Kirken, har profeterne undervist de sidste dages hellige i at være uafhængige og selvforsynende og at undgå lediggang. Virkelige sidste dages hellige vil ikke frivilligt lægge byrden for deres egen forsørgelse over på andre. Så længe de er i stand til det, sørger de for sig selv og deres familie med hensyn til livets fornødenheder«  
(*Gospel Principles*, 1997, s. 182).

Forklar dine elever, at de skal udvikle uafhængighed på Herrens måde. Når vi lærer uafhængighed, udvikler vi tro på ham, hvilket får os til at søge hans hjælp dagligt. Når vi opvejer Herrens hjælp og de ressourcer og talenter, han har givet os, lærer vi at sørge for vore egne behov og hjælpe andre.

### PRINCIPPER

- Retskaffen uafhængighed omfatter tro på og tillid til Frelseren.
- Evangeliet lærer os, at vi skal blive timeligt uafhængige og vokse åndeligt og hjælpe andre med at gøre det samme.
- Vi er ansvarlige for at forbedre os selv.
- Uafhængighed forudsætter, at vi udvikler færdigheder og evner på adskillige områder.

### UNDERVISNINGSFORSLAG

***Retskaffen uafhængighed omfatter tro på og tillid til Frelseren.***

👁️ Vis et billede af Jesus Kristus. Bed eleverne om at give eksempler på, hvad han har gjort for dem, som de ikke selv kunne have gjort. Læs nogle af følgende skriftsteder sammen med klassen, og bed eleverne om at forklare, hvad de fortæller om vores afhængighed af Herren:

- Ordsp 3:5-10 (mesterskriftsted: Ordsp 3:5-6)
- 2 Ne 4:34
- 2 Ne 9:42-43

👁️ Læs første afsnit af indledningen ovenfor højt for eleverne. Skriv *uafhængighed* på tavlen. Læs ældste Bruce R. McConkies beskrivelse af uafhængighed på s. 59 i elevhæftet. Bed eleverne om at finde frem til ældste McConkies forklaring af ordet *uafhængighed*.

Bed eleverne om at fortælle om deres erfaringer med at tage initiativ til noget, som Herren derefter støttede dem i. (Det kan omfatte at gennemtænke et problem og træffe en beslutning baseret på denne vurdering og derefter få bekræftelse fra

Herren; få den bedst mulige uddannelse og derefter få Herrens vejledning til at finde passende beskæftigelse; eller at arbejde hårdt for at forsørge sin familie og derpå få Herrens hjælp til at styre sin økonomi fornuftigt).

***Evangeliet lærer os, at vi skal blive timeligt uafhængige og vokse åndeligt og hjælpe andre med at gøre det samme.***

☞ Skriv 24. juli 1847 på tavlen. Spørg eleverne, hvilken betydning denne dato har i Kirkens historie. (Præsident Brigham Young og den sidste del af hans pionerkompagni kom til Salt Lake Valley). Da de hellige ankom til Salt Lake Valley, arbejdede de hårdt på at omdanne det ubeboede område til en blomstrende koloni. Læs følgende beskrivelse af pionererne fra præsident Gordon B. Hinckley, dengang rådgiver i Det Første Præsidentskab:

»De havde rejst fra Missouri-floden og havde brugt tre måneder på at rejse en afstand, som vi kan rejse på to timer i fly. Med tillid til deres evne til at gøre der, der skulle gøres, gik de i gang. Deres filosofi var uafhængighed. Der var ingen regering, der kunne hjælpe dem. Jo, de havde naturens ressourcer. Men de var nødt til at finde dem og bearbejde dem ... De havde færdigheder, som de tålmodigt havde tillagt sig, inden for murer- og tømrerarbejde, fremstilling og anvendelse af gips og vinduesglas« (»The Faith of the Pioneers«, *Ensign*, juli 1984, s. 3).

Næsten 100 år efter de første pionerer ankom til dalen ramte en alvorlig økonomisk depression verden, og arbejdsløsheden var stor. Det Første Præsidentskab organiserede et velfærdsprogram for Kirken.

Læs følgende udtalelse af præsident Heber J. Grant, hvor han præsenterer de grundlæggende principper i Kirkens velfærdsprogram:

»Hovedformålet var, så vidt det var muligt, at oprette et system, hvorved lediggangens forbandelse skulle fjernes, hvorved man kunne få bugt med udnyttelsen af arbejdsløshedsunderstøttelsen, således at uafhængighed, flid, sparsommelighed og selvspekt igen kunne oprettes blandt vort folk. Kirkens mål er at give mennesker hjælp til selvhjælp. Arbejde skal igen sættes i højsædet som det ledende princip i Kirkens medlemmers tilværelse« (i Conference Report, okt. 1936, s. 3).

Spørg:

- Hvad lærer Kirkens velfærdssystem os om uafhængighed?
- Hvordan kan mennesker hjælpe sig selv til at overvinde generationers fattigdom?
- Hvorfor fortjener det respekt, at man søger indtægtsgivende beskæftigelse? (Fordi vi så kan forsørge os selv og vores familie).

☞ Læs sammen med eleverne eksemplet i afsnittet »Anvendelse og eksempler« på s. 64 i elevhæftet. Bed dem besvare det spørgsmål, der stilles i den forbindelse.

☞ Læs de to udtalelser fra præsident Spencer W. Kimball på s. 60 i elevhæftet sammen med klassen.

Spørg:

- Hvad er velsignelserne ved arbejde?
- Hvad betyder udtalelsen »Arbejde bør være det styrende princip i vores kirkes medlemmers liv« for jer?

*Vi er ansvarlige for at forbedre os selv.*

☞ Spørg: Hvorfor er personligt ansvar vigtigt i vores liv?

Skriv følgende udtalelse på tavlen: *Vi er ansvarlige for at forbedre os selv.*

Del klassen op i fire grupper. Tildel hver gruppe én af de fire udtalelser på s. 61-62 i elevhæftet fra profeten Joseph Smith, biskop Robert D. Hales, ældste Russell M. Nelson og ældste Joseph B. Wirthlin. Bed hver gruppe om at lave et udkast til en tale på to minutter om emnet på tavlen. Bed dem om at medtage i deres tale den udtalelse fra elevhæftet, som de fik tildelt. Lad en repræsentant for hver gruppe fremlægge talen for klassen.

*Uafhængighed forudsætter, at vi udvikler færdigheder og evner på adskillige områder.*

☞ Skriv følgende emner på tavlen:

1. Uddannelse
2. Helbred
3. Beskæftigelse
4. Styring af ressourcer
5. Social, følelsesmæssig og åndelig styrke

Bed eleverne om at nævne måder, hvorpå de kan blive mere uafhængige gennem uddannelse. Bed dem derefter om at læse materialet under underoverskriften »Uddannelse« på s. 62 i elevhæftet.

Gør det samme med hvert af de fire emner, som står på tavlen.

## **FORSLAG TIL ELEVOPGAVER**

- Bed eleverne om at bede angående deres behov og drøfte passende mål med deres forældre, ægtefælle, gode ven eller lærer. Bed dem om at skrive et eller flere mål ned angående hvert af de fem emner: Uddannelse, helbred, beskæftigelse, styring af ressourcer og social, følelsesmæssig og åndelig styrke. Bed dem lægge en kopi af deres mål et sted, hvor de kan gennemgå dem regelmæssigt.

# 10 STRÆB EFTER AT LÆRE VED STUDIUM OG VED TRO

## INDLEDNING

Herren har befalet: »... stræb efter at lære, ja, ved studium og også ved tro« (L&P 88:118). Når vi stræber efter både åndelig og verdslig viden, velsigner Herren os. Uddannelse er nøglen til muligheder og bør være en livsvarig stræben. Det kan forberede os til at forsørge vores familie og bidrage til Kirken og lokalsamfundet. Forklar eleverne, at de skal udnytte mulighederne for at forbedre sig selv og deres uddannelse. Der er altid spændende nye sandheder, vi kan lære og fortælle andre om.



## PRINCIPPER

- Vi bør søge viden og kundskab.
- Åndelig kundskab er vigtigere end verdslig kundskab.
- Uddannelse er nøglen til muligheder.
- Herren vil vejlede os med hensyn til områder, hvor vi kan lære noget, der hjælper os til bedre at tjene andre.
- At lære er en livsvarig stræben.

## UNDERVISNINGSFORSLAG

### *Vi bør søge viden og kundskab.*

👁️ Drøft følgende spørgsmål med eleverne.

- Hvad er forskellen mellem viden og kundskab? (Svarene kan omhandle tanker om, at viden handler om at være god til at gengive og forstå kendsgerninger, tanker eller principper, hvorimod kundskab er fornuftig brug af viden til nytte for andre).
- Hvordan bidrager uddannelse til viden og kundskab?

Læs følgende udtalelse af præsident Gordon B. Hinckley:

»Jeg tror på uddannelse. Hvad er uddannelse? Den mest enkle definition er, at det er oplæring af sindet og legemet ... Uddannelse er en stor forvandlingsproces, hvor abstrakt viden bliver til anvendelig og udbytterig handling. Det er noget, der aldrig bør ophøre – uanset hvor gamle, vi bliver, kan vi tilegne os viden og anvende den. Vi kan samle viden og drage nytte af den« (Teachings of Gordon B. Hinckley, 1997, s. 170).



Spørg: Hvordan kan bedre uddannelse hjælpe os med at tjene Gud og andre?

Gennemgå oplevelserne med forspildte uddannelsesmuligheder, som ældste Henry B. Eyring fortæller om på s. 67-68 i elevhæftet.

Spørg: Hvordan vil I sammenfatte ældste Eyrings råd?

☞ Bed eleverne om at læse L&P 88:77-80. Spørg: Hvilke generelle studieemner omtales i vers 79? (Svarene kan omfatte astronomi, geografi, historie osv.).

Læs følgende udtalelse af ældste John A. Widtsoe, som dengang var medlem af De Tolv Apostles Kvorum:

»Teologi er ikke det eneste emne, som ældsterne bør interessere sig for. De bør studere:

Det, der er i himlen – astronomi.

Og på jorden – Alt, der angår opdyrkning af jorden.

Og under jorden – Mineralogi, geologi osv.

Det som har været – alle grene af historie.

Det, som snart skal ske – profetier.

Det, som er hjemme, det, som er ude – indenrigs- og udenrigspolitik.

Krige, forviklinger og straffedomme – tidens tegn, hvorved den, der ser dem, kan vide, at Herrens dag er for hånden.

Kundskab om lande og riger – politik, geografi, sprog osv.

Disse studier anser Herren for nødvendige (afsnit 88:80). Gud kræver ikke, at alle hans tjenere bliver læger, professorer eller at de studerer disse emner i dybden, men han forventer, at de ved nok om dem til at kunne højne deres kald som hans ambassadører i verden« (*Priesthood and Church Government in The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints*, 1939, s. 55-56).

Spørg: Hvad er værdien af at studere flere forskellige emner? (Se L&P 88:80).

Læs og drøft 2 Ne 9:28-29 (mesterskriftsted). Spørg:

- Hvordan kan uddannelse hjælpe os?
- Hvordan kan uddannelse skade os?

☞ Bed en elev om at fortælle om en oplevelse, hvor han eller hun var meget sulten eller tørstig. Spørg: Hvad stillede din sult eller tørst?

Læs følgende udtalelse af præsident Gordon B. Hinckley, og bed eleverne om at lægge mærke til, hvad præsident Hinckley ønsker, at vi skal hungre efter:

»Det er ikke nok kun at leve, kun at overleve. Det påhviler ethvert medlem af denne Kirken efter Herrens påbud at sætte sig selv i stand til at gøre noget meningsfyldt i samfundet. Herren har i L&P tydeliggjort, at vi skal få en uddannelse gennem studium og tro om det, der er under jorden, på jorden, over jorden, om folkeslagenes krige og forviklinger og om alle tings tid på jorden (se L&P 88:79). Jeg opfordrer indtrængende jer unge til at hunge efter uddannelse. I gør Herrens vilje, når I uddanner jeres forstand og jeres hænder til fremtidigt arbejde og til at bidrage til den verden, som I er en del af. Bring ofre for det, arbejd for det, spar op til det, planlæg det og gør det« (*Teachings of Gordon B. Hinckley*, s. 172).

Spørg: Hvad bør vi ifølge præsident Hinckley gøre for at stille vores hungren efter uddannelse?

Læs følgende udtalelse af ældste Henry B. Eyring fra De Tolv Apostles Kvorum og læg mærke til hans brug af ordet *tørst*:

»Den tørst efter uddannelse, der følger med den forandring, som evangeliet bringer, kan være en velsignelse eller en forbandelse alt afhængig af vore motiver. Hvis vi fortsætter med at stræbe efter lærdom for at tjene Gud og hans børn bedre, er det en velsignelse af stor værdi. Hvis vi begynder at søge lærdom kun for at højne os selv, fører det til egoisme og stolthed, som vil føre os væk fra evigt liv« (*Education for Real Life*, tale til unge voksne, 6. maj 2001, s. 2).

Spørg: Hvad er nøglen til at stille vores tørst efter uddannelse på rette vis?

### ***Åndelig kundskab er vigtigere end verdslig kundskab.***

☞ Læs følgende eksempel for dine elever:

Juan var 18 år og interesseret i at blive ingeniør. Han havde alvorligt overvejet at tage på mission, men han var ikke sikker på, hvornår han skulle gøre det. Han ville fylde 19, inden han skulle begynde på ingeniørstudiet. Han overvejede, om han burde afbryde sine studier for at tage på mission eller fuldføre første del af uddannelsen og derefter tage på mission.

Spørg:

- Hvilke mulige risici er der ved at udsætte sin mission?
- Hvilket råd ville du give Juan? Hvorfor?

Læs følgende udtalelse af ældste Spencer W. Kimball, daværende medlem af De Tolv Apostles Kvorum:

»Unge, kære unge, kan I se, hvorfor vi skal sætte vores åndelige uddannelse først? – Hvorfor vi skal bede i tro og fuldkommengøre vores liv ligesom Frelserens? Kan I se, at åndelig viden kan kombineres med verdslig viden i dette liv og for evigt, men at den verdslige viden uden det åndelige grundlag ikke er mere end skummet på mælk, en flygtig skygge?

Lad jer ikke bedrage! Man behøver ikke vælge mellem de to, men blot vælge rækkefølgen, for man har mulighed for at få begge dele samtidig. Men ser I, at seminar og institut bør have forrang i forhold til skolen, at skriftstudium bør sættes højere end studiet af menneskeskabte tekster, at det er vigtigere at komme i Kirken end i klubber og studenterforeninger, og at betaling af tiende er vigtigere end betaling af undervisningsafgifter?

Kan I se, at tempelordinancerne er vigtigere end en Ph.d.-grad eller nogen anden akademisk grad?« (»Beloved Youth, Study and Learn«, i *Life's Directions*, 1962, s. 190).

Spørg:

- Hvad siger ældste Kimball om prioritering af uddannelse?
- Hvordan supplerer viden om Frelseren den verdslige viden?

🔍 Læs følgende udtalelse af ældste Gordon B. Hinckley, dengang medlem af fra De Tolv Apostles Kvorum:

»Jesus sagde: »... lær af mig ...

For mit åg er godt, og min byrde er let« (Matt 11:29-30.)

Jeg vil gerne foreslå, at I følger denne formaning, som er givet af Guds Søn. I al jeres lærdom, lær af ham. I al jeres studium, søg kundskab om Mesteren. Denne kundskab vil på en vidunderlig måde supplere den timelige oplæring, I modtager, og give en fylde til jeres tilværelse og et præg, som ikke kan komme på nogen anden måde« (i Conference Report, okt. 1964, s. 118).

Bed eleverne om at læse L&P 88:118.

Bed dem om at beskrive en person, de kender, som er et godt eksempel på harmoni mellem åndelig og verdslig viden.

***Uddannelse er nøglen til muligheder.***



🔍 Vis en nøgle (eller tegn den på tavlen).

Spørg: Hvad sker der, hvis en dør er låst, og vi ikke har en nøgle?

Skriv på tavlen: *Uddannelse er nøglen til muligheder.*

Spørg: Hvordan kan uddannelse sammenlignes med en nøgle? (Den åbner muligheder, der ellers ikke ville være der).

Læs følgende råd fra præsident Gordon B. Hinckley:

»Det er så vigtigt, at I unge mænd og I unge kvinder får al den uddannelse, som I kan få. Herren har tydeligt sagt, at hans folk skal erhverve sig kundskab om nationer og riger og det, der hører denne verden til, ved at uddanne sig, ja, ved studium og ved tro. Uddannelse er den nøgle, som åbner mulighedernes port for jer. Det er værd at yde ofre for. Det er værd at yde en indsats for, og hvis I uddanner jer bogligt og håndværksmæssigt, vil I kunne yde bidrag til det samfund, som I er en del af, og I vil være eksempler, der gør jeres kirke ære. Mine kære unge brødre og søstre, udnyt alle muligheder for uddannelse, som I har adgang til« (»Inspirerende tanker«, *Liahona*, juni 1999, s. 4-5).

Spørg:

- Hvad tror du, det vil sige at uddanne sig håndværksmæssigt? (At lære færdigheder, der kræver brug af hænderne).
- Hvilke uddannelsesmæssige færdigheder vil I gerne tillægge jer?

Giv eleverne tid til at skrive nogle af deres uddannelsesmæssige ønsker ned under »Noter og indtryk« i elevhæftet.

***Herren vil vejlede os med hensyn til områder, hvor vi kan lære noget, der hjælper os til bedre at tjene andre.***

- 👁️ Lav en overhead eller et uddelingsark med følgende udtalelse af ældste Henry B. Eyring. Bed en elev om at læse den for klassen. Bed en anden elev om med egne ord at sammenfatte det, som ældste Eyring har sagt.

»Der bliver omhyggeligt våget over jeres liv, ligesom der blev våget over mit. Herren ved både, hvad han har brug for, at I gør, og hvad I har brug for at vide. Han er god og han er alvidende. Så I kan med sikkerhed forvente, at han har beredt muligheder for, at I kan lære og forberede jer til at tjene. I ser ikke de muligheder fuldstændigt, lige som jeg heller ikke gjorde det. Men når I sætter det åndelige først i jeres liv, bliver I velsignet med at føle jer vejledt mod sikker viden, og I bliver motiveret til at arbejde hårdere. Senere vil I indse, at jeres evne til at tjene blev øget, og I bliver taknemlige« (*Education for Real Life*, s. 3-4).

Spørg:

- Hvad kan I gøre for at sikre jer, at I er beredte til de muligheder, Gud vil give jer?
- Hvordan kan dagligt skriftstudium hjælpe os med at forberede os til at modtage inspiration til alle vore beslutninger? (se 2 Ne 32:3-5, mesterskriftsted: 2 Ne 32:3).
- Hvornår har en af Frelserens lærdomme sidst hjulpet dig til at træffe en bestemt beslutning?

Bed en elev om at læse præsident Howard W. Hunters udtalelse på s. 70 i elevhæftet højt for klassen.

**At lære er en livsvarig stræben.**

☞ Spørg: Hvorfor bør uddannelse være en livslang stræben?

Læs følgende råd fra ældste Gordon B. Hinckley, dengang medlem af De Tolv Apostles Kvorum:

»Vær i stadig vækst, mine brødre og søstre, hvad enten I er tredive eller halvfjerds. Jeres flid i den henseende vil få årene til at gå hurtigere, end I måske ønsker, men de vil være fyldt med en forunderlig glæde, der vil give jer krydderi på tilværelsen og styrke i jeres lærdomme. Og hertil kan I tilføje løftet om, at *»Uanset hvilket intelligensniveau vi opnår i dette liv, så opstår det sammen med os i opstandelsen»* (L&P 130:18)« (*Four Imperatives for Religious Educators*, tale til religionsundervisere, 15. sep. 1978, s. 2).

Afsæt tid i undervisningen til at drøfte biblioteker, skoler og uddannelsesmuligheder, der er tilgængelige længe efter, de har afsluttet deres formelle uddannelse. Jeres drøftelse kan omfatte henvisninger til lokale skoler og uddannelsesinstitutioner.

Spørg: Hvilke personer i lokalområdet kan hjælpe jer med at beslutte, hvordan I vil fortsætte jeres livslange indlæringsproces?

Bed eleverne om at give eksempler på personer, som har fortsat med at lære hele deres liv.

**FORSLAG TIL ELEVOPGAVER**

- Bed eleverne om at udvælge en evne eller et uddannelsesmål fra deres noter til undervisningen, som de gerne vil opnå. Bed dem om at drøfte dette mål efter undervisningen med nogen, der kan hjælpe dem med at træffe vigtige beslutninger om, hvordan de når målet.

# 11 AT VÆLGE OG VÆRE EN EVIG ÆGTEFÆLLE

## INDLEDNING



Indgåelse af den nye og evige ægteskabspagt er nødvendigt for at opnå den højeste grad i det celestiale rige (se L&P 131:1-4). En af de vigtigste beslutninger, vi tager, er vores valg af evig ægtefælle, og det er vigtigt ikke kun at *finde* den rigtige ægtefælle, men også at *være* den rigtige ægtefælle. Forklar eleverne, at den måde, de lever på, tiltrækker andre med tilsvarende værdier, interesser, ønsker og mål. Eftersom forpligtelsen mellem en ægtemand og hustru skal være evig, er det afgørende at søge og modtage guddommelig vejledning om emnet. »Familien: En proklamation til verden« giver gode råd angående det at vælge og være en evig ægtefælle.

Når I drøfter emnet evigt ægteskab, bør I være opmærksomme på, at der er mange retfærdige mennesker, især søstre, som endnu ikke har haft mulighed for at nyde godt af velsignelserne ved ægteskab. Nogle af dine elever kæmper måske med følgerne af et mislykket ægteskab eller kæmper i et nuværende ægteskab. Selvom ægteskab er et krav for at opnå den højeste grad i det celestiale rige, bør du tage hensyn til dine elevers følelser.

## PRINCIPPER

- Et ægteskab styrkes, når manden og hustruen deler værdier og interesser.
- Vi bør forberede os til at blive den bedste ægtefælle, vi kan.
- Vi bør søge Herrens bekræftelse af vores valg af ægtefælle.
- Familieproklamationen er en vejledning til at vurdere vores egen og en kommende ægtefælles indstilling.
- Ægtemand og hustru har et stort ansvar for at elske og vise omsorg for hinanden og for deres børn.

## UNDERVISNINGSFORSLAG

*Et ægteskab styrkes, når manden og hustruen deler værdier og interesser.*

☞ Bed eleverne om at tænke på lykkelige ægtepar, de kender. Spørg:

- Hvilke interesser og værdier har manden og hustruen tilfælles?
- Hvordan har disse lighedspunkter styrket deres ægteskab?

Bed eleverne om at læse præsident Spencer W. Kimballs og præsident N. Eldon Tanners udtalelser på s. 75-76 i deres elevhæfter. Bed dem nævne egenskaber,

der bidrager til at opbygge et lykkeligt ægteskab. Skriv deres svar på tavlen. Listen kan omfatte følgende:

- Samme økonomisk, uddannelsesmæssig, religiøs og social baggrund.
- Lignende interesser
- Lignende værdier med hensyn til penge, religion, arbejde, børn, fritidsaktiviteter og uddannelse
- Kommunikationsevner
- Værdighed til et tempelægteskab

Spørg:

- Hvorfor har ligheder tendens til at styrke ægteskabet?
- Hvordan kan forskellige værdier svække et ægteskab?

☞ Bed eleverne om at se på listen over egenskaber, der opbygger et lykkeligt ægteskab og overvej, hvilke egenskaber, de mener, er vigtigst. Bed nogle elever om at fortælle om deres indstilling angående de egenskaber, de har valgt.

Læs følgende udtalelser af præsident Spencer W. Kimball:

»Religiøse forskelle er den største prøvelse og blandt de mest uløselige af alle forskelle« (»Oneness in Marriage«, *Ensign*, Mar. 1977, s. 5).

Spørg:

- Hvorfor tror I, at denne udtalelse er sand?
- Hvilken forbindelse er der til kirkeledernes råd om kun at date dem i Kirken, som har høje standarder?
- Hvordan virker evangeliet som et forenende bånd i ægteskabet?

***Vi bør forberede os til at blive den bedste ægtefælle, vi kan.***

☞ Bed eleverne om at nævne fem eller seks egenskaber, de anser for vigtige hos deres kommende ægtefælle. Spørg:

- Hvordan finder du en person med alle disse egenskaber?
- I hvor høj grad har du udviklet de egenskaber i dit eget liv?

Skriv følgende udtalelse fra præsident Ezra Taft Benson på tavlen og drøft, hvordan den kan anvendes på ægteskab: »Forvent ikke at finde en fuldkommen ægtefælle« (»To the Single Adult Sisters of the Church«, *Ensign*, nov. 1988, s. 96).

Spørg: Hvorfor er denne udtalelse et godt råd?

Lad eleverne forstå, at urealistisk høje forventninger til en kommende ægtemand eller hustru kan gøre det umuligt for dem at finde nogen, de tror, de kan blive lykkeligt gift med. Læs følgende udtalelse af præsident Spencer W. Kimball:

»Hvis enhver unge mand og enhver ung kvinde vil gøre sig umage for og bede om at finde en partner, med hvem livet kan blive mest mulig harmonisk og smukt, er det en kendsgerning, at næsten enhver god mand og enhver god kvinde kan opnå lykke og et vellykket ægteskab, hvis de er villige til at betale prisen« (»Harmoni i ægteskabet«, *Liahona*, okt. 2002, s. 38).

Spørg: Hvad vil det sige at »betale prisen« for et lykkeligt og vellykket ægteskab? Bed eleverne om at læse ældste Richard G. Scotts udtalelse på s. 77 i elevhæftet, der begynder med »Ved at træffe valg ...« og finde frem til de forskellige former for forberedelse til ægteskab, som han nævner.

***Vi bør søge Herrens bekræftelse af vores valg af ægtefælle.***

☞ Spørg:

- Hvordan vælger man en ægtefælle?
- Hvorfor bør man ikke bare bede Herren om at vise, hvem man bør gifte sig med?
- Hvorfor er det vigtigt at forstå, at vores valg af ægtefælle er vores eget?

Bed eleverne om at læse udtalelsen under »Vi bør søge Herrens bekræftelse af vores valg af ægtefælle« på s. 77 i elevhæftet.

Forklar, at det er deres eget ansvar at finde nogen, som de kan opbygge et lykkeligt ægteskab sammen med. De bør gøre alt, hvad de kan, for at træffe det rette valg af evig ægtefælle og søge Herrens bekræftelse gennem faste og bøn.

***Familieproklamationen er en vejledning til at vurdere vores egen og en kommende ægtefælles indstilling***

☞ Bed eleverne om at slå op på »Familien: En proklamation til verden« på s. 113 i elevhæftet. Forklar, at denne inspirerede proklamation kan bruges som vejledning til at vurdere vores egen og en eventuelt kommende ægtefælles indstilling. Læs følgende udtalelser fra proklamationen sammen med eleverne, og drøft de spørgsmål, der hører til hver udtalelse. Du kan også udvælge andre afsnit fra proklamationen, der især passer til dine elevers behov. Mind dine elever om, at en potentiel ægtefælle bør have samme holdning til disse vigtige emner.

»Vi, 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 hans børns evige skæbne«

- Hvorfor tror I, at ægteskabet er indstiftet af Gud?
- På hvilke måder er familien vigtig i vor himmelske Faders plan for sine børns evige skæbne?

»Alle mennesker – mænd og kvinder – er skabt i Guds billede. Vi er hver især en åndelig søn eller datter af himmelske forældre. ... En persons køn er et fundamentalt særkende ved den enkeltes førjordiske, jordiske og evige identitet og hensigt.«



- Hvordan sætter vores viden om vores første prøvestand os i stand til bedre at forstå kønnenes afgørende rolle i Herrens plan?

»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.«

- Hvilke egenskaber kan vi selv og vores familie udvikle nu, som vil være af evig værdi?
- Hvordan kan hyppige tempelbesøg bidrage til at bevare ordinancerne og deres betydning friske i vores erindring?

»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 lovligt viet som ægtemand og hustru.«

- Hvorfor tror I, at Herren har givet os befaling om at mangfoldiggøre os og opfylde jorden?

»Vi bekræfter livets hellighed og dets vigtighed i Guds evige plan.«

- Hvordan omhandler denne udtalelse om livets hellighed generelt set abort?

»Lykke i familielivet vil med størst sandsynlighed opnås, når det er baseret på Herren Jesu Kristi lærdomme.«

- Hvordan kan denne udtalelse bruges som vejledning til at vælge den person, I vil giftes med?
- Hvad vil I, som ægtemand eller hustru, gøre for at basere og fastholde jeres familieliv »på Herren Jesu Kristi lærdomme«?

☞ Læs om følgende middel foreskrevet af præsident Gordon B. Hinckley til at nedkæmpe den ødelæggende indflydelse på familier:

»Når jeg ser mod fremtiden, ser jeg kun lidt at være begejstret over med hensyn til familien i Amerika og over hele verden. Narkotika og alkohol tilføjer svære tab, og det ser ikke ud til at aftage. Groft sprog til hinanden, ligegyldighed med hinandens behov – synes alt sammen at tage til. Der findes så meget børnemishandling. Der findes så meget ægtefællemishandling. Der er voksende mishandling af de ældre. Alt dette vil finde sted og blive værre, medmindre der er en grundlæggende erkendelse, ja, en stærk og brændende overbevisning om det faktum, at familien er den Almægtiges redskab. Den er hans skaberværk. Den er også samfundets grundlæggende enhed.«

Jeg opløfter en advarselsrøst til dette folk. Vi har bevæget os meget hen mod samfundets hovedstrømning i disse sager. Selvfølgelig er der gode familier. Der er gode familier overalt. Men der er for mange, der har vanskeligheder. Dette er en sygdom, der kan helbredes. Måden er enkel og vidunderlig effektiv. Det er kærlighed. Det er helt almindelig, dagligdags kærlighed og respekt. Det er en spæd plante, der han brug for næring. Men det er al den anstrengelse værd, som vi kan yde.

Afsluttende ser jeg en vidunderlig fremtid i en meget usikker verden. Hvis vi vil holde fast ved vore værdier, hvis vi vil bygge på vores arv, hvis vi vil vandre i lydighed mod Herren, hvis vi ganske enkelt efterlever evangeliet på en storslået og vidunderlig måde. Vi vil blive anset for at være et ejendomsfolk, som har fundet nøglen til en særlig form for lykke« (»Se mod fremtiden«, *Stjernen*, jan. 1998, s. 71).

Sørg: Hvordan vil efterlevelse af de principper, som omtales i familieproklamationen, bidrage til at gøre vores hjem trygt for vores familie og et fort mod verdens fristelser og synder?

***Ægtemand og hustru har et stort ansvar for at elske og vise omsorg for hinanden og for deres børn.***

☞ Spørg: Hvordan forbereder ægtefællers kærlighed og omsorg for hinanden dem til at blive fædre og mødre?

Bed en elev om at læse følgende udtalelse af ældste Boyd K. Packer, dengang medlem af De Tolv Apostle Kvorum:

»Jeg tror på ægteskabet. Jeg mener, at det er det ideelle mønster for mennesker at leve efter. Jeg ved, at det blev indstiftet af Gud. De begrænsninger, der hører til det, blev udarbejdet for at beskytte vores lykke.

Jeg kender ikke til noget bedre tidspunkt i hele verdenshistorien for et ungt par, som er modent og beredt, og som er forelskede, til at tænke på ægteskab. Der er ikke noget bedre tidspunkt, for det er *jeres* tid.

Jeg ved, at vi lever i vanskelige tider. De vanskeligheder, der findes, er hårde ved ægteskaber.

Lad være med at miste troen på ægteskaber. End ikke hvis du har været gennem en ulykkelig skilsmisse og er omgivet af ruinerne af et ødelagt ægteskab« (»Ægteskab«, *Den danske Stjerne*, okt. 1981, s. 21-22).

☞ Fortsæt med at læse følgende udtalelser fra »Familien: En proklamation til verden« (s. 113 i elevhæftet), og drøft de tilhørende spørgsmål:

»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.«

- På hvilke måder kan vi sørge for vore børns fysiske og åndelige behov?

- Hvad gør I i øjeblikket for at forberede jer på jeres ansvar som forældre?

»Vellykkede ægteskaber og familier bygges på og fastholdes ved tro, bøn, omvendelse, tilgivelse, respekt, kærlighed, barmhjertighed, arbejde og sunde fritidsbeskæftigelser.«

- Hvad kan I gøre for at sikre, at disse principper bliver en del af jeres ægteskab og familieforhold?
- Hvad er I villige til at gøre for at skabe et vellykket ægteskab?

»Vi advarer om, at personer, som bryder deres løfte om troskab, som misbruger deres ægtefælle eller deres børn, eller som ikke opfylder ansvarerne 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.«

- Hvad anser I for at være den største trussel mod familien i dag?
- Hvordan kan styrkelse af familien bidrage til styrkede samfund og nationer?

✎ Bed dine elever om bønsmomt at overveje de egenskaber, de ønsker, at en ægtefælle skal have. Anspor dem til at sætte sig fornuftige mål om at blive den slags ægtefælle, der altid lever op til standarderne i »Familien: En proklamation til verden«.

## FORSLAG TIL ELEVOPGAVER

- Bed eleverne om at tænke på to familier, de ser op til. Spørg:
  - Hvilke egenskaber har de, der bidrager til deres fremgang og lykke?
  - På hvilke områder er de forskellige, og hvordan er de ens?
  - Hvordan reagerer de i vanskelige situationer?

Bed eleverne om at interviewe et af ægteparrene med henblik på at finde ud af:

- Hvilke egenskaber de elsker ved hinanden.
- Om de hver især har tillagt sig personlige vaner, der bidrager til at gøre ham eller hende til en bedre ægtefælle.
- Hvordan de som par styrker deres tro.

Bed dem om at skrive det, de finder frem til, under »Noter og indtryk« i deres elevhæfte og derefter tilføje et afsnit, der beskriver, hvad de har planer om at gøre for at forberede sig til ægteskab eller til at blive en bedre ægtefælle.

## 12 EFTERLEV SUNDHEDSLOVENE

### INDLEDNING



Apostlen Paulus lærte os, at vore legemer er Guds templer (se 1 Kor 3:16-17), men mange mennesker tænker og handler anderledes. Efterlevelse af Herrens sundhedslov giver utallige velsignelser. Lad eleverne forstå, hvordan de kan bevare og forbedre deres helbred på forskellige måder. Når vi ser nærmere på både sunde vaner og følgerne af skadelige stoffer, bidrager det til at styrke vores beslutning om at behandle vores legeme med ærbødighed og respekt.

### PRINCIPPER

- Gode sundhedsvaner er en vigtig del af at efterleve evangeliet.
- Visdomsordet er en vigtig del af Herrens sundhedslov.
- Passende kost, hvile og motion giver betydelige helbredsmæssige fordele.
- Vi skal undgå at indtage eller gøre noget, der er skadeligt for vores legeme og sind.

### UNDERVISNINGSFORSLAG

*Gode sundhedsvaner er en vigtig del af at efterleve evangeliet.*

☞ Vis nogle billeder af templer og drøft nogle af de smukke træk ved bygningerne og omgivelserne. Du kan eventuelt bede eleverne om at skrive deres svar på følgende spørgsmål under »Noter og indtryk« i elevhæftet:

- Hvad og hvem repræsenterer disse bygninger?
- Hvorfor bliver de vedligeholdt så godt?
- Hvordan bidrager vedligeholdelsen af disse bygninger til at hjælpe dem, der kommer der, til at føle Ånden?

Bed en elev om at læse 1 Kor 3:16.

Spørg: Hvordan kan vores legeme sammenlignes med templer?

☞ Læs sammen med eleverne præsident Thomas S. Monsons udtalelse på s. 83 i elevhæftet.

Spørg: Hvorfor er det vigtigt, at der er balance mellem vore fysiske og åndelige behov?

☞ Bed eleverne om at nævne nogle helbredsmæssige vanskeligheder, vi ikke selv har kontrol over. Læs følgende råd fra ældste Russell M. Nelson fra De Tolv Apostles Kvorum og tidligere hjertekirurg:

»Af som regel ukendte årsager fødes nogle børn med fysiske begrænsninger. Måske er dele af deres legeme deforme. Legemets reguleringssystemer fungerer måske ikke. Og alle legemer er underkastet sygdom og død. Ikke desto mindre er det fysiske legeme en uvurderlig gave. Uden kan vi ikke opnå en fylde af glæde (se L&P 138:17).

Der kræves ikke et fuldkomment legeme for at opnå guddommelige mål. Faktisk bor nogle af de dejligste ånder i de svageste legemer. De, der døjer med fysiske udfordringer, udvikler ofte stor åndelig styrke, netop fordi de bliver udfordret. Sådanne mennesker har krav på alle de velsignelser, som Gud har lovet sine trofaste og lydige børn (se Abr 3:25-26).

Med tiden kommer den stund, da »ånden og legemet ... atter [skal] blive genforenet i deres fuldkomne form; både lem og led skal blive bragt tilbage til deres rette skikkelse« (Alma 11:43; se også Alma 40:23; Præd 12:7; L&P 138:17). Da skal vi, takket være Jesu Kristi forsoning, blive fuldkommengjort i ham.

Hvordan bør disse sandheder påvirke vores personlige adfærd? ...

Vi vil da betragte vores legeme som vores eget private tempel (se 1 Kor 3:16). Vi vil ikke lade det vanhellige eller besmitte på nogen måde. Vi vil spise sundt og dyrke motion« (»Vi er Guds børn«, *Liahona*, jan. 1999, s. 103).

Spørg:

- Hvordan kan fysiske udfordringer hjælpe os til at udvikle åndelig styrke?
- Hvordan kan manglende hensyntagen til vores fysiske helbred påvirke vores potentiale?
- Hvordan kan gode sundhedsvaner hjælpe jer til at udføre jeres daglige ansvar?

#### ***Visdomsordet er en vigtig del af Herrens sundhedslov.***

✎ Skriv *Visdomsordet* på tavlen og bed eleverne om at fortælle, hvad ordet betyder.

Spørg: Hvorfor tror I, at Herren gav os visdomsordet? (Se L&P 89:4).

Tegn tre kolonner på tavlen. Skriv ét af følgende ord over hver kolonne: *Advarsler, anbefalinger og løfter*. Bed eleverne om at læse L&P 89:4-9. Bed dem om på tavlen at skrive en liste over de advarsler, Herren har givet os, hvad han anbefaler os og det løfte, som er i visdomsordet.

✎ For at fremhæve de fysiske velsignelser ved at efterleve visdomsordet, kan du læse første del af en beretning fortalt af præsident James E. Faust, rådgiver i Det Første Præsidentskab:

»Da jeg var præsident for Cottonwood Stav, var dr. Creed Haymond en af vore stavspatriarker ... Som ung mand var han holdkaptajn for University of Pennsylvanias atletikhold. Bror Haymond og hans hold blev i 1919 indbudt til at deltage i det årlige løbestævne for amerikanske universiteter. Aftenen før stævnet gav hans træner ... løberne besked på at drikke lidt sherry. På den tid troede trænerne fejlagtigt, at vin virkede styrkende på muskler, der var blevet

stive af hård træning. Alle de andre løbere drak sherry, men bror Haymond sagde nej tak, fordi hans forældre havde belært ham om visdomsordet. Bror Haymond blev meget bekymret, for han brød sig ikke om at være ulydig mod sin træner. Han skulle løbe mod nogle af verdens hurtigste mænd. Sæt nu han klarede sig dårligt næste dag? Hvordan kunne han så se træneren i øjnene?»

Spørg: Hvis I var bror Haymonds venner, hvad ville I så råde ham til at gøre?

Præsident Faust fortsatte:

»Ved stævnet den følgende dag var resten af holdet syge og klarede sig meget dårligt, hvis de da ikke var for syge til overhovedet at løbe. Men bror Haymond var rask og vandt både 100 meter og 200 meter-løbene. Hans træner sagde: »Du har lige løbet 200 meter på den hurtigste tid, som noget menneske nogensinde har gjort det.« Den aften og resten af sit liv var Creed Haymond taknemlig for sin tro på efterlevelsen af visdomsordet« (»Den indre fjende«, *Liahona*, jan. 2001, s. 54-55).

Spørg:

- Ville I have haft et andet syn på hans beslutning om ikke at drikke af vinen, hvis han havde klaret sig dårligt, og hans holdkammerater havde klaret sig godt? Hvorfor eller hvorfor ikke?
- Ser vi altid de positive resultater af vore rigtige valg, lige når vi har truffet dem?
- Hvilken rolle spiller tro med hensyn til at holde befalinger såsom visdomsordet?

☞ Bed eleverne om at læse L&P 89:18-21 og nævne de velsignelser, som er tilgængelige, når man efterlever visdomsordet og holder befalingerne. Drøft hver velsignelse, som du finder det passende.

***Passende kost, hvile og motion giver betydelige helbredsmæssige fordele.***

☞ Læs følgende udtalelse fra præsident Ezra Taft Benson, daværende præsident for De Tolv Apostles Kvorum, og bed eleverne om at finde frem til, hvad de skal gøre for at bevare deres helbred:

»Det fysiske legemes tilstand kan påvirke ånden. Det er derfor, Herren gav os visdomsordet. Han sagde også, at vi skulle gå tidligt i seng og stå tidligt op (se L&P 88:124), at vi ikke bør løbe hurtigere, end vi har kræfter til (se L&P 10:4), og at vi bør anvende alt godt med måde. Generelt er det sådan, at jo mere naturlig føde, vi spiser, og jo mindre forarbejdet og jo mere fri den er for tilsætningsstoffer, desto sundere er den for os. Mad kan påvirke sindet, og mangler i visse af legemets funktioner kan udmærket medføre psykiske depressioner. En grundig lægeundersøgelse fra tid til anden er en udmærket sikkerhedsforanstaltning og kan være medvirkende til, at visse problemer bliver opdaget og behandlet. Hvile og motion er en nødvendighed, og en rask tur i den friske luft kan også opfriske én åndeligt. En sund fritid er en del af vores religion, og forskellige aktiviteter er nødvendigt, og blot det at glæde sig til dem kan opløfte ånden« (»Fortvivl ikke«, *Stjernen*, mar. 1987, s. 3).

Spørg:

- Hvorfor ville mennesker være bedre i stand til at tjene Herren, hvis de var tilstrækkelig udhvilede?
- Hvilke åndelige fordele giver en sund fritid?

☞ Forbered følgende undersøgelse til hver elev:

Giv dig selv points på en skala fra 1 til 5 i forhold til hver af disse udtalelser:

- \_\_\_ 1. Min kost indeholder frugt, grøntsager og korn.
- \_\_\_ 2. Jeg dyrker regelmæssig motion.
- \_\_\_ 3. Jeg får tilstrækkelig søvn de fleste nætter.
- \_\_\_ 4. Jeg er informeret om almindelige sygdomme og tilgængelige behandlinger.
- \_\_\_ 5. Jeg undgår vaner og stoffer, der er skadelige for mit legeme og mit sind.
- \_\_\_ 6. Jeg gør en indsats for at holde mig selv, min familie og mit hjem rent og ordentligt.

Bed eleverne om, efter at have besvaret undersøgelsen, at drøfte, hvordan en forbedret indsats inden for hvert område kunne påvirke deres helbred. Anspor dem til at sætte fornuftige mål, der kan forbedre deres helbred, og til at skrive disse mål under »Noter og indtryk« i deres elevhæfte.

Spørg: Hvordan bidrager motion til at holde vores vægt under kontrol og til at bevare vores gode helbred?

Mind kort eleverne om, at motion forbrænder kalorier, hjælper os med at holde vores vægt nede, reducerer vores blodtryk, styrker muskler, reducerer stress, spændinger og træthed, giver øget energi og øger vores mentale og følelsesmæssige velbefindende.

Læs følgende udtalelse af præsident Ezra Taft Benson:

»Legemet har brug for den fornyelse, der kommer af motion. En gåtur i den friske luft kan være opmuntrende og opfriskende. Når man løber korrekt, kan det have nyttig effekt. Enkle mavebøjninger eller sportsaktiviteter kan være nyttige« (*The Teachings of Ezra Taft Benson*, 1988, s. 479).

Anspor de elever, der ikke motionerer regelmæssigt, til at vælge en motionsform, de kan dyrke de næste par måneder. Forklar, at de bør sætte rimelige mål. Måske har de lyst til at fortælle hinanden om deres mål eller til at arbejde sammen om dem. At føre optegnelse over deres fremgang kan også være nyttigt. En anden måde at fastholde deres motivation på, er at få en motionspartner.

**Vi skal undgå at indtage eller gøre noget, der er skadeligt for vores legeme og sind.**

☞ Spørg eleverne: Hvad ville I svare, hvis I var forældre til et barn, der sagde: »Det er min krop, og jeg kan gøre med den, hvad jeg vil«?

Skriv følgende lignelse på tavlen: *Narkotika = Afhængighed = Elendighed*. Spørg:

- Hvorfor fører stofmisbrug ikke til lykke?
- Hvorfor påvirker stofmisbrug menneskers muligheder i livet?

Læs følgende råd fra ældste Marvin J. Ashton, som var medlem af De Tolvs Kvorum:

»Jeg tænker på en ung ægtemand og far, som er stofmisbruger. Han risikerer at miste sin familie, sit arbejde, sin stolthed og sit liv. Hans dybe afhængighed får folk til at føle medlidenhed med ham. Misbrug af kokain og andre stoffer gør misbrugerne til fanger af deres afhængighed. De, der sælger stoffer, forsyner ikke blot andre med lænker, men gør også sig selv til fanger under uretfærdighedens vægt. Til dem, der ikke er afhængige: Gør alt, hvad I kan for at undgå narkotika af enhver art. Til dem, der er blevet afhængige: Søg hjælp til at bryde de lænker, der trækker jer ned og kvæler jer. Stoffer er ikke et »hurtigt fix«. De er en den hurtige vej ud af en dør, der alt for ofte kun svinger én vej – til sjælekval og selvdestruktion.

Tro mig, når jeg siger, at noget af det sørgeligste, jeg nogensinde har set i mit liv, er mennesker, der lever med stofmisbrug. De er fanger i deres eget legeme. Mange føler sig fuldstændig hjælpeløse, afhængige og desperate. Men ingen bør føle, at alt håb er ude. Frigør jer af lænkerne, og kæmp for jeres værdighed, fred og formål med livet. Enhver, der siger, at det er »sjovt« at tage stoffer, lyver« (»Ryst lænkerne af jer, som I er bundet med«, *Stjernen*, jan. 1987, s. 11).

Spørg:

- Hvad ville I sige til et menneske, der siger, at hans stofmisbrug kun skader ham selv?
- Hvordan kan et stofmisbrug ødelægge en persons familie?
- Hvilke skridt kan en person tage for at slippe af med afhængighed?

👁️ Bed den ene halvdel af klassen om at læse præsident Gordon B. Hinckleys udtalelse på s. 86 i elevhæftet, og bed den anden halvdel om at læse ældste Boyd K. Packers udtalelser på s. 86 i elevhæftet. Bed hver gruppe om at fortælle den anden gruppe, hvad de har lært af udtalelsen.

## FORSLAG TIL ELEVOPGAVER

- Bed eleverne om at lægge mærke til deres spisevaner i en uge for at finde ud af, om de spiser varierede måltider.
- Bed eleverne om at påbegynde et motionsprogram, hvis de ikke allerede har et.



# 13 »ALT DETTE SKAL GIVE DIG ERFARING«

## INDLEDNING



Udfordringer og prøvelser er en del af vores jordiske prøve. Når vi trofast håndterer livets vanskeligheder, kan det blive en mulighed for åndelig udvikling. Hjælp eleverne til at forstå, at vi med Frelserens hjælp kan føle fred under vore prøvelser (se Joh 16:33). Ældste Neal A. Maxwell fra De Tolv Apostles Kvorum underviste os i, at modgang skal udholdes, og at vi skal lære af det: »Storme blæser heftigt gennem vores liv, men de varer ikke evigt. Vi kan lære den vigtige forskel på lokalt skydække og altomfattende mørke at kende« (*Lord Increase Our Faith*, 1994, s. 43).

## PRINCIPPER

- Modgang er en del af vores jordiske erfaringer.
- De jordiske udfordringer kan hjælpe os i vores udvikling.
- Når vi bevarer vores tro på Jesus Kristus, hjælper det os til at løse problemer og overvinde modgang.
- Vi skal holde ud indtil enden.

## UNDERVISNINGSFORSLAG

*Modgang er en del af vores jordiske erfaringer.*

- 👁️ Spørg eleverne, hvordan de ville afslutte følgende sætning: »Mit liv bliver lettere, når jeg engang \_\_\_\_\_.«

Mind dem om, at det er almindeligt at håbe på, at livet kunne blive ukompliceret og behageligt, men at livet alligevel er svært for mange. Læs følgende udtalelse af præsident Boyd K. Packer, fungerende præsident for De Tolvs Kvorum:

»Hverken som folk, familie eller enkeltpersoner undgår vi trængslerne forude. Ingen slipper for de prøvelser, som normalt følger med hjem og familie, arbejde, skuffelse, sorg, sundhed, alderdom og til sidst død« (»Tunger af ild«, *Liahona*, juli 2000, s. 8-9).

Forklar, at vores prøvelser kan inddeles i tre kategorier:

1. Dem, der skyldes vore egne fejl.
2. Dem, vi bebyrdes med på grund af andre mennesker.
3. Dem, som blot er en del af livet på jorden.

Bed eleverne om at give eksempler på de tre kategorier.

- ☞ Læs følgende råd fra præsident Gordon B. Hinckley og bed eleverne om at finde frem til, hvordan vi bør reagere på vore prøvelser:

»Jeg holder meget af disse ord fra Jenkins Lloyd Jones, som jeg klippede ud af en avis for mange år siden. Han sagde: ...

»Enhver, der tror, at lyksalighed er normen, vil spille megen tid med at fare omkring og hyle op om, at han er blevet snydt.

Faktum er, at de fleste bolde ikke ryger i mål. De fleste børn vokser op og bliver ganske almindelige mennesker. De fleste lykkelige ægteskaber kræver en høj grad af gensidig tolerance. De fleste job er ofte kedelige ...

Livet er som en togrejse i gamle dage – forsinkelser, sidespor, røg, gnister og rystelser, der kun af og til afbrydes af smukke udsigter og glæden ved at fare af sted.

Hemmeligheden er at takke Herren for, at man har fået lov til at køre med: (»Big Rock Candy Mountains«, *Deseret News*, 12. juni 1973, A4)« (»A Conversation with Single Adults«, *Ensign*, mar. 1997, s. 60).

- ☞ Læs L&P 122:7 og 136:31 sammen med eleverne. Bed dem om at understrege de ord i hvert vers, der angiver, at Herren tillader prøvelser i sine børns liv. Bed dem om at skrive nogle af de prøvelser, de har gennemgået, under »Noter og indtryk« i deres elevhæfte.

Spørg: Er I blevet bedre mennesker på grund af jeres prøvelser?

- ☞ Vis noget sandpapir og et stykke træ. Spørg, mens du sliber træet:

- Hvad er fordelene ved det ru papir?
- Hvad kan slibning af dette træ sammenlignes med i vores liv?

Læs følgende udtalelse af ældste Neal A. Maxwell, medlem af De Tolvs Kvorum:

»I livet udglatter sandpapir i form af omstændighederne ofte vores hårde overflade og sliber tålmodigt vore skarpe kanter. Der er dog intet behageligt ved det. Og Herren vil gå langt for at lære os en bestemt lektie og hjælpe os med at overvinde en bestemt svaghed, især hvis der ikke er nogen anden måde« (*Notwithstanding My Weakness*, 1981, s. 67-68).

Spørg:

- Hvordan kan vore prøvelser udglatte os og forberede os til evigt liv?
- Hvordan kan vores indstilling gøre en forskel, når vi står over for livets udfordringer?

***De jordiske udfordringer kan hjælpe os i vores udvikling..***

- ☞ Spørg, om der er en elev, der er fysisk i stand til at komme op foran klassen og lave ti armbøjninger. Bed derefter en anden elev om at rejse sig og i luften bevæge armene, som om han lavede armbøjninger.

Spørg:

- Hvorfor er modstand nødvendigt for at få musklerne til at vokse?

- Hvordan kan det sammenlignes med åndelig vækst?

Hjælp dem til at forstå, at prøvelserne i livet ofte udgør den modstand, hvorved vi kan øge vores styrke som sidste dages hellige.

✍️ Skriv følgende på tavlen:

- *Springbræt eller anstødssten?*
- *Prøvelser kan udglatte.*
- *Lidelse kan være guddommelig revselse.*

Bed eleverne om at læse udtalelserne fra ældste John B. Dickson, Richard G. Scott og Neal A. Maxwell på s. 91 i deres elevhæfte. Bed dem forklare, hvordan sætningerne på tavlen har forbindelse til hver udtalelse.

Spørg:

- Hvilke udfordringer er det mest almindeligt, at unge mennesker møder?
- Hvad har I lært, er den nyttigste reaktion på denne form for udfordringer?
- Hvordan har jeres udfordringer hjulpet jer til at blive bedre mennesker?

***Når vi bevarer vores tro på Jesus Kristus, hjælper det os til at løse problemer og overvinde modgang.***

✍️ Bed eleverne om at tænke tilbage på et tidspunkt, hvor de stod over for overvældende forhindringer og ikke vidste, hvad de skulle gøre. Bed dem derefter om at vurdere, hvilke af følgende spørgsmål der er mest fremmende for vækst under alvorlige prøvelser og forklare hvorfor:

- Hvorfor sker det her for mig?
- Hvad kan jeg lære af denne oplevelse?
- Er der noget, jeg bør ændre ved mig selv?
- Hvorfor skal jeg kæmpe med det nu?
- Er jeg selv skyld i det?
- Hvordan har Herren velsignet mig og hjulpet mig gennem tidligere prøvelser?

✍️ Bed eleverne om at læse 2 Kong 6:14-15 og finde ud af, hvilket spørgsmål Elisas tjener stillede. Bed dem om at læse vers 16:-17 og spørg:

- Hvilken vigtig lektie om at håndtere modgang og prøvelser lærte Elisa sin tjener? (Se vers 16).
- Hvad vidste Elisa, som hans tjener ikke vidste? (Se vers 17).
- Hvad tror I, at den unge tjener følte, da han kunne se ildhestene og ildvognene?
- Hvordan kan vi anvende denne historie i vores eget liv?

Læs følgende udtalelse af ældste Jeffrey R. Holland, som siden hen blev medlem af De Tolvs Kvorum:

»I Jesu Kristi evangelium har I hjælp fra begge sider af sløret, og det må I aldrig glemme. Når skuffelse og modløshed rammer os – og det vil de – må vi huske og aldrig glemme, at hvis blot vore øjne kunne åbnes, kunne vi se ildheste og ildvogne, så langt øjet rækker, komme med vanvittig hast for at beskytte os. De vil altid være her, disse Himmelens hære, til forsvar for Abrahams efterkommere« (se »I vanskelige tider«, *Den danske Stjerne*, jan. 1982, s. 13).

Spørg: Hvorfor er det vigtigt at huske, at når vi efterlever de evangeliske principper, vil »himmelens hære« støtte os?

### **Vi skal holde ud indtil enden.**

- 👁 Bed nogle elever om at læse de tre følgende skriftsteder og fortælle, hvad de lærer os om at holde ud til enden: 2 Ne 31:20; L&P 24:28; 121:7-8.
- 👁 Forklar, at vi aldrig må opgive, selv om problemerne og smerten derved forøges. Vi kan trække styrke fra Herren og vide, at vores usikkerhed omkring vore problemer er en del af vores jordiske prøvelse. Vi viser vores trofasthed og kærlighed til Herren ved at efterleve evangeliets principper, når vi møder uventede udfordringer. At holde ud til enden svarer ikke til blot at udholde livets svære tider.

Læs følgende udtalelse af ældste Neal A. Maxwell:

»Eftersom Kristus ikke kunne fritages for lidelser, hvordan skulle vi så kunne blive det? Ønsker vi virkelig at være immune over for modgang? Især når bestemte former for lidelse kan bidrage til vores vækst i dette liv? At berøve os disse erfaringer – skønt vi for et øjeblik ville ønske, at vi kunne – ville svare til at berøve os selv de resultater, som fik os til at råbe af forventningens fryd, da dette livs oplevelser blev forklaret os for så lang tid siden, i en verden før vi kom hertil.

Livet er en skole, som vi ikke kun frivilligt, men også med glæde har indskrevet os i, og hvis skolens rektor har en undervisningsplan – som på andre planeter igen og igen har vist sig at bringe eleverne lykke – og hvis vi accepterede, at når vi først havde indmeldt os, så kunne vi ikke springe fra, og også accepterede at gå til eksamener, der virkelig skulle prøve vore evner og vores opfattelsesevne, hvad ville en erfaren rektor så gøre, hvis der senere kom klager? Især hvis mange af eleverne, når de troede, at han ikke var til stede, rev deres vejledende bøger i stykker og forlangte, at han standsede eksaminationerne, fordi de var ubehagelige? ... Man lærer ved at følge hele kurset!« (*All These Things Shall Give Thee Experience*, 1979, s. 26-27).

- 👁 Læs eller syng sammen med eleverne fjerde vers af salmen »Så sikker en grundvold« (*Salmer og sange*, nr. 38). Bed dem om at lytte efter, hvad den lærer os om modgang:

Om end gennem prøven jeg lader dig gå,  
min nåde tilstrækkelig skal du vist få;  
du skal ikke skades af prøvelsens ild,  
at lutre dit hjerte er alt, hvad jeg vil.

## **FORSLAG TIL ELEVOPGAVER**

- Bed eleverne om at tænke på to mennesker, som de ved har udholdt mange prøvelser i deres liv og, om muligt, spørge dem, hvordan de udviklede sig på grund af deres oplevelser. Anspor eleverne til at udtrykke deres taknemlighed over for disse mennesker og tilkendegive deres følelser og beundring for det, de har fortalt dem. Bed dem om at forberede sig til næste gang at fortælle klassen om det, de har lært om, hvordan man på en god måde udholder de prøvelser, vi ofte står overfor.

# 14 EFTERLEV PAGTERNE

## INDLEDNING



Overholdelse og efterlevelse af pagter er en nødvendig del af frelsesplanen. I vores stræben efter at opnå vores guddommelige potentiale, bør vi modtage evangeliets ordinancer og pagter gennem dem, der har den rette præstedømmemyndighed. Lad dine elever forstå, at skønt vi lever i en verden, hvor der ofte lades hånt om det at holde sine løfter, forventer Herren, at vi holder vore løfter og velsigner dem, der er villige til at indgå og holde pagter med ham. Når vi indgår og holder pagter med Herren og holder ud til enden, får vi løftet om evigt liv.

## PRINCIPPER

- En pagt er et højtideligt løfte mellem Gud og hans børn.
- Gennem efterlevelse af vore pagter kan vi opnå vores guddommelige potentiale.
- Præstedømmets myndighed er nødvendig for at modtage de frelsende pagter og ordinancer.
- Efterlevelse af vore pagter forbereder os til at modtage evigt liv.

## UNDERVISNINGSFORSLAG

*En pagt er et højtideligt løfte mellem Gud og hans børn.*

🔗 Vis en vielsesattest, en vielsesring eller et bryllupsfoto. Spørg, hvad genstanden repræsenterer. Spørg så:

- Hvilke løfter afgives mellem to personer, når de bliver gift?
- Hvilke velsignelser kan de få, hvis de holder disse løfter?
- Hvad vil de miste, hvis de ikke holder deres pagter?

Skriv *pagt* på tavlen. Spørg eleverne om, hvad ordet betyder. Bed en elev om at læse afsnittet fra Guide til Skrifterne på s. 98 i elevhæftet. Bed eleverne om at skrive deres svar på følgende spørgsmål under »Noter og indtryk« i elevhæftet:

- Hvilke pagter har I indgået?
- Hvad betyder ord som *løfter*, *kontrakter* og *forpligtelser* i forbindelse med pagter?
- Hvem påvirker det, når pagter ikke overholdes?
- Hvordan adskiller de pagter, vi indgår med Gud, sig fra de pagter, vi indgår med hinanden?
- Hvilken forberedelse bør ligge forud for evangeliske pagter?

Forklar, at pagter er gensidige. Bed eleverne om at læse ældste Jack H. Goaslind juniors forklaring på s. 98 i elevhæftet.

Skriv følgende skriftstedshenvisninger på tavlen. Bed eleverne om at læse dem og drøfte det, de i hvert skriftsted lærer om pagter.

- Mosi 18:13
- L&P 42:78
- L&P 101:39

Læs følgende udtalelse af præsident James E. Faust, rådgiver i Det Første Præsidentskab:

»Pagter er ikke blot ydre ritualer, de er reelle og effektive midler til forandring. »Det at blive genfødt kommer ved Guds Ånd gennem ordinancer« (*Profeten Joseph Smiths lærdomme*, s. 191). Vi bør altid ære og holde de frelsende pagter hellige, som vi indgår med Herren« (»Ransag mig, Gud, og kend mit hjerte«, *Stjernen*, juli 1998, s. 17).

Spørg: Hvordan kan overholdelse af pagter hjælpe jer til at modstå fristelse?

**Gennem efterlevelse af vore pagter kan vi opnå vores guddommelige potentiale.**

👁️ Bed eleverne om at synge et vers af »Jeg er Guds kære barn« (*Salmer og sange*, nr. 195). Spørg: Hvilke vigtige lektier lærer vi af denne sang?

Læs og drøft Abr 3:22-26 (Mesterskriftsted: Abr 3:22-23). Spørg:

- Hvad lærte Abraham om sit potentiale?
- Hvad hjælper dette os til at forstå om os selv?

Læs følgende udtalelser af præsident Spencer W. Kimball:

»Husk, at i den verden, vi kommer fra, fik trofaste kvinder overdraget visse hverv, mens trofaste mænd blev forudordineret til visse præstedømmeopgaver ... I står til ansvar for det, der for længe siden blev forventet af jer, på samme måde som I er for dem, vi opretholder som profeter og apostle!« (»Den retfærdige kvindes rolle«, *Den danske Stjerne*, maj 1980, s. 162).

»Vi aflagde løfter, højtidelige løfter, i himlen, før vi kom til denne verden ... Vi har indgået pagter. Vi indgik dem, før vi accepterede vore vilkår her på jorden.

Vi indgik denne forpligtelse: »... alt, hvad Gud vil befale os.« Vi forpligtede os til over for vor himmelske Fader, at hvis han ville sende os ned til jorden og give os legemer og give os de kostbare muligheder, som livet på jorden ville give, så ville vi holde vores liv rent, gifte os i det hellige tempel og opdrage en familie og undervise dem i retfærdighed. Dette var en højtidelig ed, et højtideligt løfte« (»Be Ye Therefore Perfect«, tale holdt i Salt Lake Institute of Religion, 10. jan. 1975, s. 2).

Spørg:

- Hvordan kan vores forståelse af, at vi indgik pagter i forudtilværelsen, påvirke vore beslutninger her på jorden?
- Hvordan kan indgåelse af pagter hjælpe os til at leve op til vores potentiale?

***Præstedømmets myndighed er nødvendig for at modtage de frelsende pagter og ordinancer.***

☞ Læs følgende udtalelse af præsident Gordon B. Hinckley om præstedømmet, daværende rådgiver i Det Første Præsidentskab, og bed eleverne om at lytte efter, hvad han har sagt, at »værdighed til at modtage« er:

»Herren har givet præstedømmet til mænd, som er værdige til at modtage det, uanset deres status i livet, deres hudfarve eller nationalitet. Det er den magt og myndighed, hvorved Guds riges anliggende styres. Det overdrages kun ved ordination ved håndspålæggelse af dem, der har myndighed til at gøre dette. Kun de, som er lydige mod Guds bud, er værdige til at modtage det. Der findes ingen magt på jorden som den. Dets myndighed rækker videre end dette liv, gennem dødens slør, til evighederne forude. Den har evige konsekvenser« (»Hjørnesteenene i vor tro«, *Den danske Stjerne*, 1985, oktoberkonferencen 1984, s. 42).

☞ Spørg: Hvad er præstedømmets nøgler?

Læs følgende forklaring fra Guide til Skrifterne om præstedømmets nøgler:

»Nøgler er retten til at præsidere, eller den magt, Gud overdrager mennesker, så de kan lede eller styre Guds præstedømme på jorden. De præstedømmebærere, som kaldes til præsiderende stillinger, modtager nøgler fra dem, der står over dem i myndighed. Præstedømmebærere anvender kun præstedømmet inden for de rammer, som er udstukket af dem, der sidder inde med nøglerne. Kirkens præsident besidder alle præstedømmets nøgler« (»Nøgler, præstedømmets«, s. 141).

☞ Bed eleverne om at læse L&P 132:7-14. Spørg så: Hvilke løfter og advarsler får vi i disse vers?

Bed dem om at læse L&P 138:58. Spørg så: Hvordan kan stedfortrædende ordinancer få betydning for dem, der er døde?

***Efterlevelse af vore pagter forbereder os til at modtage evigt liv.***

☞ Spørg:

- Hvad ville du mene, hvis du betalte for én hest og endte med at få hele flokken foræret?
- Hvordan svarer dette til de velsignelser, Gud giver sine børn?

Tegn to kolonner på tavlen. Skriv *ordinancer* over den ene og *løfter* over den anden. Skriv følgende ordinancer i kolonnen »ordinancer«: *Dåb, nadver, præstedømme, tempelbegavelse, tempelægteskab.*



Bed eleverne om at læse de følgende skriftstedshenvisninger, som står sammen med ordinancerne, og finde de løfter, vi afgiver. Skriv løfterne i kolonnen »løfter«. Lad eleverne forstå, hvorfor det at modtage ordinancer og indgå pagter er en vigtig del af deres liv. Du kan eventuelt bede dem om at besvare denne opgave under »Noter og indtryk« i deres elevhæfte, så de kan anvende den senere.

- *Dåb*. Læs Mosi 18:8-10 og L&P 20:37. (Vi lover, »at bære hinandens byrder«, »at stå som Guds vidner til alle tider og i alle ting og på alle steder«, at »tjene [Gud] og holde hans befalinger«, at omvende os, »at påtage sig Jesu Kristi navn«, og »tjene ham til enden«).
- *Nadver*. Læs L&P 20:77, 79. (Vi deltager i nadveren til erindring om Jesu Kristi forsoning, og vi fornyer de løfter, vi afgav ved dåben. Blandt disse løfter er at påtage os Jesu Kristi navn, altid at erindre ham, at holde hans befalinger, og at stå som vidner for ham for at vise, at vi husker ham).
- *Præstedømme*. Læs L&P 84:33-42 (mesterskriftsted: L&P 84:33-39) og 121:34-36 (mesterskriftsted). (De, som modtager præstedømmets løfte for at højne deres præstedømmekaldelse, adlyder budene og efterlever alle Guds ord (se ældste Carlos E. Asay, »Præstedømmets ed og pagt«, *Stjernen*, oktoberkonferencen 1985, 1986, s. 34-36).
- *Tempelbegavelse og tempelægteskab*. Læs følgende udtalelse af ældste James E. Talmage, som var medlem af De Tolv Apostles Kvorum: (Vær opmærksom på ikke at drøfte de løfter, vi afgiver i forbindelse med tempelbegavelsen, mere detaljeret, end de omtales i ældste Talmages udtalelse).

»Ordinancerne for begavelse indeholder visse forpligtelser for den enkelte, som pagt og løfte om at iagttage loven om absolut dyd og kyskhed, at være godgørende, menneskekærlig, fordragelig og ren; at hellige både talent og materielle midler til sandhedens udbredelse og slægtens højnelse; at bevare hengivenhed for sandhedens sag og på alle måder søge at bidrage til den store forberedelse, så jorden kan blive gjort rede til at modtage sin konge, Herren Jesus Kristus. Med antagelsen af hver forpligtelse bliver en lovet velsignelse forkyndt, betinget af den trofaste iagttagelse af vilkårene« (*Herrens Hus*, s. 87-88).

Bær dit vidnesbyrd om den store mulighed og velsignelse det er at modtage ordinancerne og indgå pagter med Herren.

## FORSLAG TIL ELEVOPGAVER

- Bed eleverne om at overveje de pagter, de indtil videre har indgået i deres liv. Anbefal, at de i deres bønner eller til næste nadvermøde beder Herren om forståelse for, hvorfor han ønsker, at de skal ære og højne de pagter, de har indgået.

# 15 TJEN HINANDEN

## INDLEDNING

Tjeneste er en vigtig del af vores evige udvikling. Vi udvikler os, ved at tjene hinanden og tillader andre at tjene os. Anspor dine elever til at planlægge at leve et liv fuld af meningsfuld tjeneste, og hjælp dem til at forstå, at de ikke bør føle sig skyldige eller flove over at modtage hjælp. Dem, de tjener, fortsætter med at tjene andre på mange forskellige måder.



## PRINCIPPER

- Herrens tjenere og skrifterne lærer os at tjene hinanden.
- Alle har på et eller andet tidspunkt brug for hjælp.
- Vi kan tjene hinanden på mange forskellige måder.
- Vi skal stræbe efter at tjene hinanden hele livet.

## UNDERVISNINGSFORSLAG

### *Herrens tjenere og skrifterne lærer os at tjene hinanden.*

☞ Fortæl eleverne følgende historie: Andrew var en populær sportsudøver på sin skole. Han var også ret stolt af sine resultater. En dag bad hans biskop ham om at bruge to timer om ugen på et børnehjem i nærheden. Biskoppens anmodning rystede ham.

Bed eleverne om at bruge hjælpeklenderne i deres skrifter til at finde vers, de kunne læse for Andrew angående biskoppens anmodning om hans tjeneste. Bed flere elever om at læse et af de skriftsteder, de har fundet, og fortælle, hvorfor de mener, at Andrew kan bruge det.

Bed eleverne om at læse generalautoriteternes udtalelser under »Herrens tjenere og skrifterne lærer os at tjene hinanden« på s. 105-106 i elevhæftet og finde principper og tanker, de synes kan være relevante i forhold til biskoppens anmodning.

Spørg:

- Hvordan kan Andrew udvikle sig på grund af denne oplevelse?
- Hvilken betydning kan hans tjeneste få for børnene på børnehjemmet?
- Hvorfor tror I, at emnet tjeneste nævnes hyppigt i skrifterne og af Herrens tjenere?
- Hvordan kommer I Frelseren nærmere, når I tjener hinanden?

*Alle har på et eller andet tidspunkt brug for hjælp.*

☞ Læs følgende historie: Cinthia var altid villig til at hjælpe andre. Næsten alle i hendes menighed havde på et tidspunkt modtaget hendes hjælp. Det så ud til, at hun vidste, når andre havde brug for noget, selv før de fortalte det til nogen. En dag faldt hun ned ad trappen, mens hun hjalp en anden familie med at gøre rent hos dem. Hun brækkede sit ben, og måtte have gips på hele benet i flere måneder. De mange mennesker, hun havde hjulpet, samlede sig om hende og tilbød hende deres hjælp og tjeneste. Til deres stor overraskelse nægtede hun at lade dem hjælpe sig.

Lad eleverne drøfte situationen og det råd, de ville give Cinthia og medlemmerne i hendes menighed.

☞ Spørg: Hvilke forskellige mennesker kan have brug for den tjeneste eller styrke, vi kan tilbyde dem? Skriv elevernes svar på tavlen. Listen kan omfatte følgende:

- De syge
- De ensomme
- De sørgende
- Enkerne
- De sultende
- De fattige
- Missionærer, der lige er blevet kaldet
- Forældre med små børn
- Enlige forældre
- Børn, som har mistet deres far eller mor
- De, som lider på grund af synd

Forklar, at vi somme tider søger muligheder for at tjene andre selv om de, der har størst behov, befinder sig inden for vores eget hjemms fire vægge.

Spørg: Hvorfor overser vi somme tider vores egen families behov?

☞ Læs uddraget fra »Familien: En proklamation til verden« på s. 106 i elevhæftet.  
Spørg:

- Hvad lærer familieproklamationen os om tjeneste?
- Hvilke undskyldninger har vi somme tider for ikke at tjene vores egen familie?

Bed eleverne om at give eksempler på tidspunkter, hvor de har tjent deres familiemedlemmer, og hvordan de havde det med at tjene dem.

Læs følgende råd fra præsident Gordon B. Hinckley:

»Vi er tilbøjelige til at tale om store tal, såsom Kirkens samlede medlemstal. Men vi må aldrig glemme, at vi alle er personer med vore egne behov og problemer, vore egne håb og drømme, vores egen tro og overbevisning. Nogle er stærke, andre er svage, men vi forsøger alle. Vi har problemer at slås med; de er alvorlige og vanskelige. Vi har brug for hinanden til at opbygge og styrke hinanden. Vi må aldrig tabe den kendsgerning af syne, at vi skal styrke de svage, støtte de nedhængende hænder og styrke de matte knæ (se L&P 81:5)« (»Værket går fremad«, *Liahona*, juli 1999, s. 5).

Spørg:

- Hvad føler I, når I modtager hjælp, I har brug for?
- Hvorfor er det vigtigt at være ydmyg nok til ikke blot at tjene andre ofte, men også til at modtage hjælp, når det er nødvendigt?

***Vi kan tjene hinanden på mange forskellige måder.***

☞ De mirakler, Jesus udførte, er de største eksempler på tjenestegerninger. Skriv følgende skriftstedshenvisninger på tavlen uden at skrive ordene i parenteserne. Fordel henvisningerne i klassen, og bed eleverne om at læse deres tildelte skriftsted for sig selv og derefter skrive en kort beskrivelse af den tjeneste, Frelseren ydede, på tavlen ud for skriftstedshenvisningen. (Afhængig af antallet af elever kan du enten tilføje eller udelade nogle skriftstedshenvisninger).

- Matt 8:1-3 (helbredte en spedalsk)
- Matt 9:27-31 (gav en blind mand synet tilbage)
- Matt 14:16-21 (bespiste en folkeskare)
- Mark 1:23-26 (fordrev en uren ånd)
- Mark 2:5 (tilgav synder)
- Luk 7:11-17 (oprejste en enkes søn fra døden)
- Joh 2:1-10 (lavede vand om til vin til bryllupsgæster)
- Joh 4:46-54 (helbredte en kongelig embedsmands søn)

Spørg:

- Hvilke tjenestegerninger kan vi udføre for andre?
- Hvilke tjenestegerninger kan vi give Gud? (Bed en elev om, efter der er blevet svaret, at læse Mosi 2:17 (mesterskriftsted), hvis det ikke er blevet nævnt).
- Hvor vigtig er vores indstilling, når vi tjener? Hvorfor?

☞ Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige er blevet internationalt anerkendt for sin humanitære indsats. Læs følgende udtalelse af ældste Gordon B. Hinckley, dengang fra De Tolv Apostles Kvorum:

»I Kirken findes der hundredtusindvis af hæderlige mænd, som er begavet med myndighed til at handle i Guds navn og forpligtede gennem denne modtagne gaves hellige natur til at styrke og hjælpe hinanden ...

Det er et af de store formål med at organisere præstedømmekvorummer i Kirken – at gøre opmærksom på andres behov og give mulighed for og et værktøj til at styrke hinanden« (i Conference Report, apr. 1972, s. 75; eller *Ensign*, juli 1972, s. 71).

Læs følgende udtalelse af søster Mary Ellen Smoot, daværende hovedpræsident for Hjælpeforeningen, til Kirkens kvinder:

»Jeg bliver konstant inspireret af jeres tro, jeres godhed og jeres ønske om at gøre det, Herren ønsker, at I skal gøre. Tak for den tjeneste I yder ... Overalt, hvor jeg kommer, ser jeg frugterne af Hjælpeforeningen, som viser sig i Kirkens søstres tilværelse. Vi er hver især et redskab i Guds hænder ...  
... Når vi forenet tjener hinanden og alle vor himmelske Faders børn, kan vi blive redskaber i Guds hænder, ikke blot til at afhjælpe den fysiske lidelse, men hvad vigtigere er, til at hjælpe dem, som har åndelige behov« (»Vi er redskaber i Guds hænder«, *Liahona*, jan. 2001, s. 104).

Spørg: Hvordan kan I og jeres familie gøre mere for at hjælpe dem, der har brug for hjælp?

🔗 Læs og drøft Mosi 4:16-27. Følgende spørgsmål kan være nyttige:

- Hvordan bør vores indstilling være til at »give af det gods, som [vi] har« (v. 21)?
- Bør vi give penge til alle, der beder om det? Er der tidspunkter, hvor andre former for tjeneste ville være mere nyttig?
- Hvordan bør vores indstilling være, hvis vi »intet har og dog har tilstrækkeligt« (v. 24)?
- Hvad vil det sige, at »se til, at alt dette gøres med visdom og orden« (v. 27)?

Læs følgende råd fra biskop H. Burke Peterson, daværende rådgiver i Det Præsiderende Biskopråd:

»I skrifterne lærer vi, at uanset hvor store eller betydelige vore bedrifter på jorden er, uanset hvor meget vi har opnået gennem vores tjeneste – som biskop, assistent, præsident, lærer eller forælder – så er vi intet, hvis vi ikke lærer at vise næstekærlighed (se 1 Kor 13:1-3.) Alle vore gode gerninger vil ikke få vægtskålen til at falde ud til vores fordel, hvis der mangler næstekærlighed.

Næstekærlighed måles på mange måder. Stor næstekærlighed vises blandt andet af den, der lader være med at dømme andres handlinger eller adfærd og husker på, at der kun er én, der kan se ind i hjertet og kende hensigten – og se de oprigtige ønsker, som findes dér. Der er kun én, der har ret til at bedømme andres fremgang på deres rejse gennem livet. Ubegrundede vurderinger eller fordømme afholder mange fra at udvise sand næstekærlighed eller villighed til at hjælpe dem, der har brug for hjælp, selv dem i deres egen familie« (i Conference Report, apr. 1981, s. 109; eller *Ensign*, maj 1981, s. 81).

Hjælp eleverne til at forstå, at vi bør finde måder at hjælpe dem, der har brug for hjælp, som virkelig vil styrke dem. Du kan eventuelt sammen med eleverne gennemgå principperne i »Uafhængighed på Herrens måde« (se s. 38).

***Vi skal stræbe efter at tjene hinanden hele livet.***

- ☞ Bed eleverne om at tænke på et menneske, de kender, hvis liv har været fyldt med tjeneste. Skriv på tavlen: *Hvordan tjente de?* Bed eleverne om – uden at bede dem om at nævne personens navn – at fortælle, hvilke former for tjeneste personen yder andre. Skriv deres svar på tavlen.

Spørg:

- Hvordan følger personens tjeneste principperne i Matt 6:3-4?
  - Hvad lærer Herren, ifølge L&P 64:33, os om små tjenestegerninger?
  - Hvad gør nogle af de ældste mennesker, I kender, for at hjælpe andre?
  - Hvad lærer deres eksempel jer om betydningen af tjeneste hele livet?
- ☞ Fortæl eleverne, at når nogle mennesker afløses fra en kaldelse, der kræver omfattende tjeneste, fx en mission, tror de fejlagtigt, at fordi de har gjort så meget, har de nu ret til en pause fra at tjene andre. Spørg: Hvorfor kan denne holdning være farlig åndeligt set?

Læs følgende råd fra ældste M. Russell Ballard, medlem af De Tolv Apostles Kvorum:

»Til de af jer, som allerede har været på fuldtidsmission, husk venligst, at I blev afløst fra jeres mission – men ikke fra Kirken. I brugte to år som repræsentanter for Herren Jesus Kristus. Vi forventer, at I altid ligner og handler som en af hans disciple. Lign det. Handl som det. Følg ikke verdslige trends og modeluner ... Grundlaget for lykke og fremgang efter jeres mission er mere eller mindre det samme, som det var på jeres mission; bed meget, arbejd meget og vær lydige« (»Den bedste generation af missionærer«, *Liahona*, nov. 2002, s. 48).

Spørg:

- Hvordan kan ældste Ballards råd anvendes af alle sidste dages hellige?
- Hvorfor bør vi fortsætte med at tjene Herren og hans børn hele vores liv?

## **FORSLAG TIL ELEVOPGAVER**

- Bed eleverne om at overveje, hvordan de kan hjælpe nogen i deres familie, i deres menighed og i deres samfund i løbet af ugen. Bed dem om muligt at tænke på en person fra hver af de tre kategorier. Bed eleverne om at skrive om deres oplevelser under »Noter og indtryk« i elevhæftet.

JESU KRISTI  
KIRKE  
AF SIDSTE DAGES HELDIGE

