

Det følgende kildemateriale er blevet udvalgt som supplement til lektionerne i Unge Piger 1 og giver ledere i Unge Piger opdaterede henvisninger til konferencetaler, spørgsmål til samtale, yderligere skriftstedshenvisninger og andet materiale, der er relevant for de spørgsmål, som unge piger har i dag. Udvalg under bøn det kildemateriale, der motiverer de unge piger til at lære, og som hjælper dem med at styrke deres tro og vidnesbyrd.

Du kan eventuelt bruge nogle af lektionerne i undervisningen over flere gange, og du bør overveje, hvordan du kan forstærke læren og evangeliske principper i disse lektioner under hverdagsaktiviteterne. Du kan tilpasse rækkefølgen af disse lektioner efter de unge pigers behov eller efter præstedømmelederes råd. Overvej at undervise i lektionerne om Frelseren i forbindelse med påske og jul. Brug tiden i ugen efter generalkonferencen og Unge Pigers årlige møde på at drøfte de ord, som profeterne, generalautoriteterne og ledere i Unge Pigers hovedpræsidentskab netop har talt til os.

LEKTION 1

Guds datter

Til underviseren: Vær omhyggelig med at sikre dig, at de unge piger forstår Gud Faderens og Jesu Kristi forskellige roller. Overvej at bruge hele teksten under »Gud Faderen« i *Tro mod sandheden* (2005, s. 59-61) samt teksten under »Tilbedelse« (s. 154-155), der er en stor hjælp til at forklare, hvordan man tilbeder Faderen.

Spørgsmål til samtale

- Hvilke karaktertræk og egenskaber har vor himmelske Fader? Hvordan sørger hans frelsesplan for vore behov på alle livets stadier?
- Hvordan kan vi bedre tilbede vor himmelske Fader?
- Hvordan kan vores viden om, at vi er døtre af en kærlig himmelsk Fader hjælpe os med at forblive tro mod evangeliets standarder og forstå vores guddommelige værdi?

- Hvordan kan vi forstå vores sande identitet som Guds døtre, når verden sender os så mange modstridende budskaber om, hvem vi er, hvordan vi blev til, hvad vi bør være, og hvad vi bør gøre?

Profeternes ord

- Dieter F. Uchtdorf, »Lev lykkeligt til jeres dages ende«, *Liahona*, maj 2010, s. 124-127. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »I dag vil jeg henlede jeres opmærksomhed . . .«
- Jeffrey R. Holland, »Til Unge Piger«, *Liahona*, nov. 2005, s. 28-30.
- Boyd K. Packer, »Vores moralske miljø«, *Stjernen*, juli 1992, s. 62-64.

Yderligere generalkonferencetaler

- Elaine S. Dalton, »Husk på, hvem I er!«, *Liahona*, maj 2010, s. 120-123.
- Mary N. Cook, »Et dydigt liv – Trin for trin«, *Liahona*, maj 2009, s. 117-119. Overvej at bruge det første afsnit i denne tale for at understrege over for de unge piger, at de er Guds døtre.

Yderligere hjælpeklider

- ApG 17:28; Rom 8:16-17; Hebr 12:9; 1 Ne 11:17; L&P 76:23-24; Moses 1:3-7.
- »Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129; se også *Unge Piger: Personlig fremgang*, 2010, s. 101. Overvej at bruge andet og tredje afsnit i proklamationen i det afsnit af lektionen, der hedder »Du var og er elsket«.
- Unge Pigers tema, *Personlig fremgang*, s. 3.

Medier

- Musik: »O min Fader«, *Salmer og sange*, nr. 189; »Jeg ved min Fader lever«, *Salmer og sange*, nr. 196.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, »Our True Identity«, lds.org/youth/video.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed, opgave 1; Værdinorm Personlig værdi, opgave 1.
- Overvej at få de unge piger til at lave en bog med dydige egenskaber, en aktivitet, som er nævnt i en tale af Susan W. Tanner, »Døtre af vor himmelske Fader«, *Liahona*, maj 2007, s. 106-109.

LEKTION 2

Frelseren, Jesus Kristus

Spørgsmål til samtale

- Hvad ville du sige til en person, der tror, at sidste dages hellige ikke er kristne?
- Hvordan kan vi vise vores taknemlighed for Frelserens sonoffer?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Ved afskeden«, *Liahona*, maj 2011, s. 114. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Før vi forlader hinanden i dag . . .«
- Richard G. Scott, »Han lever! Pris hans kære navn!«, *Liahona*, maj 2010, s. 75-78.
- Dallin H Oaks, »The Atonement and Faith«, *Ensign*, apr. 2010, s. 30-34.
- Quentin L. Cook, »Vi følger Jesus Kristus«, *Liahona*, maj 2010, s. 83-86.

Yderligere generalkonferencetaler

- C. Scott Grow, »Forsoningens mirakel«, *Liahona*, maj 2011, s. 108-110.
- Kent F. Richards, »Forsoningen kan helbrede al smerte«, *Liahona*, maj 2011, s. 15-17.
- Gary J. Coleman, »Mor, er vi kristne?«, *Liahona*, maj 2007, s. 92-94.

Yderligere hjælpeklider

- ApG 4:12; 2 Ne 2:9; 2 Ne 25:23-26; Mosi 3:7; Alma 7:11-12; Alma 22:13-14; Alma 38:9; Hel 5:9; Moro 7:41.

Medier

- Musik: »O, se hvilken kærlighed«, *Salmer og sange*, nr. 114.
- Billede: *Jesus beder i Getsemane have, Korsfæstelsen og Maria og den opstandne Herre*, *Evangelisk Kunst*, 2009, s. 56-57, 59.

- Video: »He Lives: Testimonies of Jesus Christ«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Jeffrey R. Holland, »The Only True God and Jesus Christ Whom He Has Sent«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: *Strength of Youth Media 2011 DVD*, »We Believe in Christ: Personal Testimony«.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Tro – opgave 5; Værdinorm Guddommelighed – opgave 4; Værdinorm Tro – projekt, punkt 1.

LEKTION 3

Følg Jesu Kristi eksempel

Spørgsmål til samtale

- Når vi tager nadveren hver søndag, bliver vi mindet om at følge Jesu Kristi eksempel, men det er sommetider nemt at blive distraheret af verdens påvirkninger i løbet af ugen. Hvad kan vi gøre for at følge Kristi eksempel hele ugen?
- Hvordan kan vi mere konkret følge Jesu Kristi eksempel, når vi er hjemme og sammen med vores familie?
- Hvad kan vi gøre for at påvirke vore venner, familie og andre til bedre at følge Frelserens eksempel?

Profeternes ord

- Dieter F. Uchtdorf, »I er mine hænder«, *Liahona*, maj 2010, s. 68-75.
- Quentin L. Cook, »Vi følger Jesus Kristus«, *Liahona*, maj 2010, s. 83-86.
- Russell M. Nelson, »Vær et forbillede for de troende«, *Liahona*, nov. 2010, s. 47-49. Overvej at læse de sidste 16 afsnit, der begynder med »Paulus' råd om at være et forbillede for de troende . . .«

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Vær et eksempel for de troende«, *Liahona*, nov. 2010, s. 80-82.

Yderligere hjælpeklider

- 3 Ne 12:48; Moro 7:48.
- *Forkynd mit evangelium*, kap. 6: Hvordan udvikler jeg kristne egenskaber?

Medier

- Musik: »Frelser, jeg vil følge dig«, *Salmer og sange*, nr. 152.
- Musik: »Jeg prøver at bli' som Jesus«, *Børnenes sangbog*, s. 40-41.
- Video: »He Lives: Testimonies of Jesus Christ«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: »Charity: An Example of the Believers«.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – opgave 7.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Tjen andre«, s. 38, eller [online på youth.lds.org](http://online.paa.youth.lds.org). Lav en liste over venlige gerninger, man hver dag kan gøre for andre.

LEKTION 4

Søg Helligåndens ledsagelse

Spørgsmål til samtale

- Hvordan føler vi Helligåndens tilskyndelser? Føler alle mennesker tilskyndelser og indtryk på den samme måde?
- Hvordan kan vi gøre os værdige til Helligåndens daglige ledsagelse, vejledning og beskyttelse?

Profeternes ord

- Robert D. Hales, »At handle selv: Handlefrihedens gave og velsignelse«, *Liahona*, maj 2006, s. 4-8. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »De tilskyndelser, som vi får, til at flygte fra det onde . . .«
- David A. Bednar, »Modtag Helligånden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 94-97.
- David A. Bednar, »Åbenbarelsens ånd«, *Liahona*, maj 2011, s. 87-90.
- Dieter F. Uchtdorf, »Venter på vejen til Damaskus«, *Liahona*, maj 2011, s. 70-77.
- Boyd K. Packer, »Vejledt af Helligånden«, *Liahona*, maj 2011, s. 30-33.

Yderligere generalkonferencetaler

- Jay E. Jensen, »Helligånden og åbenbaring«, *Liahona*, nov. 2010, s. 77-79.
- Julie B. Beck, »Selv over jeres trælle og trælkvinder vil jeg udgyde min Ånd i de dage«, *Liahona*, maj 2010, s. 10-12.

Yderligere hjælpemidler

- 1 Kong 19:11-12; Gal 5:22-23; 2 Ne 32:5; Mosi 2:36-37; Hel 5:45-46; 3 Ne 12:6; 3 Ne 19:9; Eter 12:41; L&P 6:23; L&P 11:12.
- *Tro mod sandheden*, 2005, »Helligånden«, s. 65-67.

Medier

- Musik: »Helligånden«, *Børnenes sangbog*, s. 56.
- Video: »Voice of the Spirit«.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 5; Værdinorm Retskaffenhed – opgave 2; Værdinorm Dyd – opgave 2.

LEKTION 5

Find glæde i vore guddommelige muligheder

Til underviseren: Udover en bedstemor, mor og en ung gift søster kan du eventuelt invitere en enlig søster til at tale til de unge piger om glæden ved at være kvinde.

Spørgsmål til samtale

- Hvordan ville du forklare begrebet »guddommeligt potentiale« for en ven?
- Hvordan hjælper kundskaben om vores guddommelige potentiale os med at finde lykke?
- Hvordan kan vi få selvtilid ved at påtage os ægteskabets og moderskabets ansvar?
- Hvordan kan vore erfaringer her på jorden forberede os på at nå vores guddommelige potentiale i det næste liv?

Yderligere generalkonferencetaler

- Elaine S. Dalton, »Husk på, hvem I er!«, *Liahona*, maj 2010, s. 120-123. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »I er unge piger med stor tro . . .« i begyndelsen af lektionen.
- Margaret D. Nadauld, »Glæden ved at være kvinde«, *Liahona*, jan. 2001, s. 17-19. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »I kan genkende kvinder, som er taknemlige . . .« i slutningen af lektionen.

Yderligere hjælpemidler

- Rom 8:16-17; Mosi 2:41.
- Studér efter emne: [Evigt liv](http://Evigt%20liv.lds.org/study/topics/eternal-life), lds.org/study/topics/eternal-life.

- Studér efter emne: [Kvinder i Kirken](#), lds.org/study/topics/women-in-the-church.
- Mormonad: [Personlig værdi](#).

Medier

- Musik: »Walk Tall, You're a Daughter of God«, lds.org/youth/music.
- Musik: »O min Fader«, *Salmer og sange*, nr. 189.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, »Our True Identity«, lds.org/youth/video.
- Video: »Significant in Every Way«, lds.org/youth/video.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – opgave 2; Værdinorm Personlig værdi – opgave 1; Værdinorm Personlig værdi – opgave 4.
- Overvej at få de unge piger til at studere familieproklamationen for at lære mere om kvinders roller og guddommelige potentiale.

LEKTION 6

Find glæde lige nu

Spørgsmål til samtale

- Der er så mange mennesker, der tilsyneladende har et negativt syn på livet. Hvad kan vi gøre for at undgå denne indstilling og hjælpe andre med at se mere positivt på det hele?
- Hvordan kan vi styrke vores mulighed for glæde ved at lytte efter og være opmærksom på ideer eller tilskyndelser fra Helligånden?
- Hvordan påvirker vores tillid til vor himmelske Fader og Jesus Kristus den glæde, vi føler i vores tilværelse?
- Hvordan øger lydighed mod befalingerne og overholdelse af pagterne vores lykke og glæde?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Find glæde på rejsen«, *Liahona*, nov. 2008, s. 84-87. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Dette er vores eneste chance . . .« som indledning på lektionen.
- Dieter F. Uchtdorf, »Det, der betyder mest«, *Liahona*, nov. 2010, s. 19-22. Overvej at bruge de fire afsnit, der begynder med »Lad os være ærlige . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Vi kan nyde glæde lige nu«.

- Richard G. Scott, »Vejen til fred og glæde«, *Liahona*, jan. 2001, s. 31-33. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Udnytter I fuldt ud . . .« i det afsnit i lektionen, der hedder »Vor himmelske Fader ønsker, at vi skal nyde glæde«.

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Venlighed begynder med mig«, *Liahona*, maj 2011, s. 118-121. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Vi kan følge den barmhjertige samaritaners eksempel . . .« i afsnittet af lektionen, der hedder »Vi kan nyde glæde lige nu«.
- Ann M. Dibb, »Jeg tror, at jeg skal være ærlig og pålidelig«, *Liahona*, maj 2011, s. 115-118. Overvej at bruge de fem afsnit, der begynder med »Præsident Howard W. Hunter forklarede . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Vi kan nyde glæde lige nu«.

Yderligere hjælpeklider

- Ordsp 29:18; 2 Ne 2:13; 2 Ne 5:27; Alma 50:24.

LEKTION 7

Hjemkundskab

Spørgsmål til samtale

- Hvilke følelser ønsker I skal findes i jeres kommende hjem?
- Hvilke gaver og talenter har vi, der hjælper os med at bidrage til et lykkeligt hjem nu og i fremtiden?
- Hvilke færdigheder og holdninger har vi brug for yderligere at udvikle for at få et vellykket og lykkeligt hjem?

Profeternes ord

- L. Tom Perry, »Mødre, der underviser børn i hjemmet«, *Liahona*, maj 2010, s. 29-31.
- M. Russell Ballard, »Mødre og døtre«, *Liahona*, maj 2010, s. 18-21.

Yderligere generalkonferencetaler

- Richard J. Maynes, »Skab et kristuscentreret hjem«, *Liahona*, maj 2011, s. 37-39.
- Gary E. Stevenson, »Hellige hjem, hellige templer«, *Liahona*, maj 2009, s. 101-103. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Ved en stavskonference for nylig . . .«
- Susan W. Tanner, »Stå som et vidne«, *Liahona*, maj 2008, s. 113-115. Overvej at bruge de to afsnit, der

begynder med »Når I står som vidner i jeres hjem . . .«

Yderligere hjælpeklider

- Ordsp 31:10-31; 2 Ne 5:17; Mosi 4:14-15; L&P 88:119.
- »Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129; se også *Unge Piger: Personlig fremgang*, 2009, s. 101.
- Susan W. Tanner, »Styrk fremtidens mødre«, *Liahona*, juni 2005, s. 16-20.

Medier

- Billede: *Maria og Martha*, *Evangelisk kunst*, 2009, s. 45.
- Musik: »Hjemmet bliver Himlen lig«, *Salmer og sange*, nr. 192; »Kærlighed er her«, *Børnenes sangbog*, s. 102.
- Video: Jeffrey R. Holland, »[Motherhood: An Eternal Partnership with God](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, »[Create](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Robert D. Hales, »[Becoming Provident Providers](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – projekt, punkt 1 og 4; Værdinorm Kundskab opgave – 2; Værdinorm Kundskab – projekt, punkt 1 og 5.
- Fortæl en anden ung pige om en egenskab, du beundrer ved hende, og som du tror, vil hjælpe hende til at blive en god mor.
- Inviter en søster eller søstre fra jeres menighed til en aktivitet for at undervise i hjemkundskabsfærdigheder eller talenter, som de unge piger gerne vil lære.

LEKTION 8

Indstillinger til vore guddommelige roller

Spørgsmål til samtale

- Med så mange modstridende verdslige synspunkter på kvinders roller, hvordan kan vi så kende og følge vor himmelske Faders plan for kvinder?

- Hvordan kan det hjælpe os at udfylde vore guddommelige roller, når vi følger profeternes råd om at få en uddannelse?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Tre vejledende mål til dig«, *Liahona*, nov. 2007, s. 118-121.
- L. Tom Perry, »Mødre, der underviser børn i hjemmet«, *Liahona*, maj 2010, s. 29-31.
- M. Russell Ballard, »Mødre og døtre«, *Liahona*, maj 2010, s. 18-21.
- Quentin L. Cook, »Sidste dages hellige kvinder er mageløse!«, *Liahona*, maj 2011, s. 18-22. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Vi ved, at der er enorme kræfter rettet . . .«

Yderligere generalkonferencetaler

- Julie B. Beck, »Hvad sidste dages hellige kvinder er bedst til: At stå fast og urokkelig«, *Liahona*, nov. 2007, s. 109-112.
- Elaine S. Dalton, »Dydens vogtere«, *Liahona*, maj 2011, s. 121-124. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Unge piger, i en verden, der konstant vokser i moralsk forurening . . .«
- Silvia H. Allred, »Standhaftige og urokkelige«, *Liahona*, nov. 2010, s. 116-118. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Jeg ved, at vi hver især har en vigtig og altafgørende rolle . . .«
- Julie B. Beck, »Et moderhjerter«, *Liahona*, maj 2004, s. 75-77.
- Margaret D. Nadauld, »Glæden ved at være kvinde«, *Liahona*, jan. 2001, s. 17-19.

Yderligere hjælpeklider

- Ordsp 31; Luk 1:28; Alma 56:47-48; L&P 25.
- »Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129; se også *Unge piger: Personlig fremgang*, 2010, s. 101. Overvej at bruge afsnit seks og syv.

Medier

- Musik: »Som søstre i Zion«, *Salmer og sange*, nr. 200; »Kærlighed er her«, *Børnenes sangbog*, s. 102.
- Video: M. Russell Ballard, »[Mothers and Daughters](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- Video: Jeffrey R. Holland, »[Motherhood: An Eternal Partnership with God](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – opgave 3; Værdinorm Guddommelighed – projekt, punkt 3.
- Bed de unge piger om at læse afsnit syv i familieproklamationen og finde frem til de principper, der har med deres guddommelige rolle at gøre.

LEKTION 9

Ær dine forældre

Spørgsmål til samtale

- Hvad kan I gøre for at styrke jeres forhold til jeres forældre?
- Hvordan kan vi vise respekt for vore forældre og bedsteforældre, selv når deres overbevisning eller meninger adskiller sig fra vores?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Vær et eksempel«, *Liahona*, maj 2005, s. 112-115. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Hvor jeres forældre dog elsker jer . . .«
- Henry B. Eyring, »Vores fuldkomne eksempel«, *Liahona*, nov. 2009, s. 70-73. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Her er mit råd til børn . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Vor himmelske Fader har befalet alle unge piger at ære deres forældre«.

Yderligere generalkonferencetaler

- Richard J. Maynes, »Skab et kristuscentreret hjem«, *Liahona*, maj 2011, s. 37-39.
- Bradley D. Foster, »Det har mor sagt«, *Liahona*, maj 2010, s. 98-100.

Yderligere hjælpeklider

- Ef 6:1-3; 1 Ne 1:1; 1 Ne 2:16; 1 Ne 16:23; Alma 56:47-48; Alma 57:21.
- »Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129; se også *Unge Piger: Personlig fremgang*, 2009, s. 101.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Familie«, s. 10-11, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- Mormonad: [Family](#).

Medier

- Musik: »Hjemmet bliver Himlen lig«, *Salmer og sange*, nr. 192.
- Billede: *Lehi og hans folk ankommer til det forjættede land*, *Evangelisk kunst*, 2009, s. 71.
- Video: M. Russell Ballard, »[Mothers and Daughters](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – opgave 5; Værdinorm Personlig værdi – opgave 1; Værdinorm Dyd – opgave 2.

LEKTION 10

En støtte for familien

Til underviseren: Når du forbereder denne lektion, skal du være opmærksom på de elever, der ikke har en far, en mor eller søskende i deres hjem, eller som har familie, der ikke er aktive i Kirken.

Spørgsmål til samtale

- Tænk på dem i jeres familie, der har brug for hjælp lige nu. Hvad kan I gøre for at vise dem kærlighed og støtte?
- Hvad kan vi gøre for at elske og støtte nogle i familien, som måske ikke efterlever evangeliet?

Profeternes ord

- Dieter F. Uchtdorf, Det, der betyder mest«, *Liahona*, nov. 2010, s. 19-22. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Vores andet væsentlige forhold er til vores familie . . .«
- L. Tom Perry, »Faderrollen – et evigt kald«, *Liahona*, maj 2004, s. 69-71. Overvej at bruge denne tale som et supplement til samtalen om fædres roller.

Yderligere generalkonferencetaler

- Richard J. Maynes, »Skab et kristuscentreret hjem«, *Liahona*, maj 2011, s. 37-39. Overvej at bruge de fem afsnit, der begynder med »Det er vanskeligt at overvurdere forældres betydning . . .«
- Mary N. Cook, »Styrk hjem og familie«, *Liahona*, nov. 2007, s. 11-13.
- Susan W. Tanner, »Se, jeg er det lys, som I skal holde op«, *Liahona*, maj 2006, s. 103-105.

Yderligere hjælpeklider

- Mosi 4:14-15; Alma 39:10; 3 Ne 18:21.

- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Familie«, s. 10-11, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- Mormonad: [Family](#).

Medier

- Video: »[Fathers and Sons](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- Video: »[Two Brothers Apart](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- Video: »[A Father Indeed](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – opgave 3.

LEKTION 11

Udvikling af selvstændighed og modenhed, 1. del

Spørgsmål til samtale

- Hvad vil det sige at »styre dig selv«? (se Unge Piger 1, s. 43).
- Hvordan hjælper det os at styre os selv, når vi følger Herrens standarder?
- At blive selvhjulpne vil også sige at lære en fremsynet levevis. Hvad vil det sige at have en fremsynet levevis?
- Hvad vil det sige at blive åndeligt selvhjulpne? Hvordan kan vi blive mere åndeligt selvhjulpne?

Profeternes ord

- Henry B. Eyring, »Muligheder for at gøre godt«, *Liahona*, maj 2011, s. 22-26. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Her følger nogle principper . . .« i det afsnit i lektionen, der hedder »Vi kan blive mere uafhængige«.
- M. Russell Ballard, »Becoming Self-Reliant – Spiritually and Physically«, *Ensign*, mar. 2009, s. 50-55.
- L. Tom Perry, »Bliv uafhængig«, *Stjernen*, jan. 1992, s. 75-77.
- Robert D. Hales, »A Gospel Vision of Welfare: Faith in Action«, 2009 Worldwide Leadership Training Meeting: Basic Principles of Welfare and Self-Reliance.

Yderligere generalkonferencetaler

- H. David Burton, »Velfærds helliggørende arbejde«, *Liahona*, maj 2011, s. 81-83. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Selvhjulpne er et produkt af . . .«
- Julie B. Beck, »Hvad sidste dages hellige kvinder er bedst til: Stå fast og urokkeligt«, *Liahona*, nov. 2007, s. 109-112. Overvej at erstatte digtet i hæftet med citatet fra talen, der begynder med »Hvis hver eneste søster havde selvtillid nok til . . .« (s. 110). Hvis du erstatter digtet med ovenstående citat, anvendes L&P 58:27-29 i skriftstedssamtalen i stedet for L&P 29:1-2.

Yderligere hjælpeklender

- 2 Thess 3:10-13; 1 Ne 16:23, 31; 4 Ne 1:7-10, 15-18.
- Mormonad: [Education](#), [Finances](#).

Medier

- Musik: »Kom nu alle og vær med«, *Salmer og sange*, nr. 166.
- Video: Robert D. Hales, »[Becoming Provident Providers](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Handlefrihed og ansvarlighed«, s. 4-5, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org). Læs de to afsnit, der begynder med »Du er ansvarlig for . . .« og beslut, hvordan I kan blive mere åndeligt og timeligt selvhjulpne.
- Personlig fremgang: Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 1.

LEKTION 12

Udvikling af selvstændighed og modenhed, 2. del

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan vi styrke vores forhold til vore forældre?
- Hvordan kan vi bevare vore forældres tillid?
- Hvordan kan vi bevare vor himmelske Faders tillid?

Profeternes ord

- Robert D. Hales, »Hvordan vil vore børn huske os?«, *Stjernen*, jan. 1994, s. 8-10.

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Styrk hjem og familie«, *Liahona*, nov. 2007, s. 11-13.
- Jean A. Stevens, »Bliv som et lille barn«, *Liahona*, maj 2011, s. 10-12. Overvej at læse de første tre afsnit, der begynder med »Vor Fader i himlen . . .«
- Mervyn B. Arnold, "What Have You Done with My Name?" *Liahona*, nov. 2010, s. 105-107. Overvej at læse de fem afsnit, der begynder med »Kort efter mit hjertes udkårne . . .«

Yderligere hjælpemidler

- 2 Ne 28:30; Mosi 4:27; Hel 10:4-5; L&P 42:42.
- M. Russell Ballard, »Becoming Self-Reliant – Spiritually and Physically«, *Ensign*, mar. 2009, s. 50-55.

Medier

- Video: Dieter F. Uchtdorf, »Continue in Patience«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – opgave 5.

LEKTION 13

En støtte for bærere af præstedømmet

Til underviseren: Du kan eventuelt overveje at undervise i lektion 15, der giver en oversigt over læren om præstedømmet, før du underviser i denne lektion. Unge piger respekterer og ærer præstedømmet mere, hvis de forstår denne lære.

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan I have en positiv indflydelse på de unge mænd, I kender, især dem, der bærer Det Aronske Præstedømme?
- Hvorfor er det vigtigt at respektere og støtte biskoppen? Hvilke nøgler har biskoppen, der kan velsigne os og vores familie?

Profeternes ord

- L. Tom Perry, »Arons præstedømme«, *Liahona*, nov. 2010, s. 91-94. Overvej at bruge de fire afsnit, der begynder med »Præsident Ezra Taft Benson sagde engang . . .«

Yderligere generalkonferencetaler

- Elaine S. Dalton, »Dydens vogtere«, *Liahona*, maj 2011, s. 121-124. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Det at være dydens vogter betyder, at I altid vil være anstændige . . .«

Yderligere hjælpemidler

- 3 Ne 12:1; L&P 1:37-38; L&P 21:4-5; L&P 68:2-4; L&P 84:36-39; L&P 124:144.

Medier

- Musik: »Kom, Israels ældster«, *Salmer og sange*, nr. 201.
- Musik: »Priesthood Men«, lds.org/youth/music.
- Video: *Strength of Youth Media 2011 DVD*, »Something Different about Us: Example«.

Acceptér og handl

- Bed jeres biskop eller grenspræsident om at overvære lektionen eller aktivitetsaftenen og besvare spørgsmål om hans ansvarsområder og forklare, hvordan han kan velsigne unge pigers tilværelse gennem sin kaldelse.

LEKTION 14

Patriarkalsk lederskab i hjemmet

Til underviseren: De unge piger i din klasse kommer fra forskellig baggrund og familieomstændigheder. Nogle har fædre, der er retskafne patriarker i deres familier. Andre kan have fædre, der ikke er aktive i Kirken, eller som ikke er medlem. Nogle har måske ikke en far i deres hjem. Vær opmærksom på alle de unge pigers situation. Uanset hvordan den nuværende familiesituation ser ud, er formålet med denne lektion at undervise i, hvad den patriarkalske orden er, og hvordan en far, som hjemmets patriark, kan velsigne sin familie.

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan præstedømmet velsigne vores tilværelse nu uanset vore personlige omstændigheder?
- Hvilke åndelige egenskaber bør vi søge hos en ægtemand? Hvordan vil disse egenskaber hjælpe ham med at lede en familie i retskaffenhed?
- Tænk over jeres forhold til jeres himmelske Fader. Hvordan har han personligt vist jer sin store omsorg og kærlighed?

Profeternes ord

- Dieter F. Uchtdorf, »Fortsæt i tålmodighed«, *Liahona*, maj 2010, s. 56-59. Overvej at læse de to afsnit, der begynder med »Som præstedømmebærere og Herren Jesu Kristi repræsentanter . . .«
- Dieter F. Uchtdorf, »Guds kærlighed«, *Liahona*, nov. 2009, s. 21-24. Overvej at læse de fire afsnit, der begynder med »Tænk på den rene, mest altopslugende kærlighed . . .«
- Dallin H. Oaks, »Præstedømmemyndighed i familien og i Kirken«, *Liahona*, nov. 2005, s. 24-27.
- James E. Faust, »Budskab til mine børnebørn«, *Liahona*, maj 2007, s. 54-56. Overvej at læse de tre afsnit, der begynder med »Alle I unge mænd, som bærer præstedømmet . . .«

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Styrk hjem og familie«, *Liahona*, nov. 2007, s. 11-13.

Yderligere hjælpemidler

- 2 Mos 20:12; 1 Ne 1:1; 1 Ne 16:18-25, 30-32.
- »Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129; se også *Unge Piger: Personlig fremgang*, 2009, s. 101. Brug familieproklamationen til at finde svar på de ni spørgsmål i lektionen.

Medier

- Musik: »O min Fader«, *Salmer og sange, nr. 189*; »Kærlighed er her«, *Børnenes sangbog*, s. 102.
- Video: Robert D. Hales, »Parenting: Touching the Hearts of Our Youth«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: »The Family Is Central to God's Plan«, classic.lds.org/family.

LEKTION 15

Det Melkisedekske Præstedømme

Til underviseren: Det meste af materialet i denne lektion fokuserer på Det Melkisedekske Præstedømme. Du kan eventuelt også undervise tilsvarende i Det Aronske Præstedømme. Det er værdifuldt for de unge piger at lære om det præstedømme, de unge mænd på deres alder bærer og lærer om. Du kan også overveje at gøre de unge piger bekendt med præstedømmets ed og pagt.

Spørgsmål til samtale

- Hvordan har præstedømmet været en velsignelse for jer?
- Tænk på en præstedømmebærer, som I respekterer. Beskriv, hvordan han ærer præstedømmet og fortæl, hvorfor du respekterer ham.

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Præstedømmet – en hellig gave«, *Liahona*, maj 2007, s. 57-60.
- Dieter F. Uchtdorf, »Stolthed og præstedømmet«, *Liahona*, nov. 2010, s. 55-58.
- Boyd K. Packer, »Præstedømmets kraft«, *Liahona*, maj 2010, s. 6-10. Overvej at læse de tre afsnit, der begynder med »For nogle år siden holdt jeg en tale med titlen . . .«
- Thomas S. Monson, »Præstedømmets kraft«, *Liahona*, maj 2011, s. 66-69.
- James E. Faust, »Nøglen til kundskaben om Gud«, *Liahona*, nov. 2004, s. 52-55.

Yderligere hjælpemidler

- Alma 13:1-19; L&P 107:1-4, 18-19.
- Billede: [Det Melkisedekske Præstedømmes gengivelse](#) (billede af Peter, Jakob og Johannes, der gengiver Det Melkisedekske Præstedømme til Joseph Smith og Oliver Cowdery), *Evangelisk Kunst* 2009, s. 94.
- Studér efter emne: [Præstedømmet](#).

Medier

- Video: Thomas S. Monson, »Priesthood Power«, lds.org/youth/video.
- Video: L. Tom Perry, »Elder Perry on the Priesthood, Part One: The Oath and Covenant«, lds.org/media-library.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Retskaffenhed – opgave 7.
- Anspor de unge piger til at få deres far eller en præstedømmeleder til at bære sit personlige vidnesbyrd om præstedømmet, og hvordan det velsigner hans familie og påvirker hans daglige valg.

Kvinder og bærere af præstedømmet

Spørgsmål til samtale

- Hvad kan I gøre for at hjælpe jeres venner af det modsatte køn til at ære deres præstedømme, forsvare og beskytte deres dyd og være klar til fremtidige ansvarsområder?
- Hvad kan I gøre for at hjælpe med at opbygge Guds rige, nu og i fremtiden?

Profeternes ord

- Dieter F. Uchtdorf, »Retskafne kvinders indflydelse«, *Liahona*, sep. 2009, s. 2-7.
- Quentin L. Cook, »Sidste dages hellige kvinder er mageløse!«, *Liahona*, maj 2011, s. 18-21.
- M. Russell Ballard, »Prepare and Think in Terms of the Future«, lds.org, Prophets and Apostles Speak Today. Overvej at læse de to afsnit, der begynder med »This year in August . . .«
- Gordon B. Hinckley, »Kvinden i vores liv«, *Liahona*, nov. 2004, s. 82-85.

Yderligere generalkonferencetaler

- Elaine S. Dalton, »Det ses i jeres ansigt«, *Liahona*, maj 2006, s. 109-111.

Yderligere hjælpemidler

- 2 Tim 1:2-7; Alma 56:45-48; Alma 57:19-21.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Dating«, s. 24, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).

Medier

- Video: Gordon B. Hinckley, »The Women in Our Lives«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Jeffrey R. Holland, »Motherhood: An Eternal Partnership with God«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Med biskoppens eller grenspræsidentens godkendelse og anbefaling kan du invitere en eller nogle få unge mænd ind for at fortælle, hvordan deres oplevelser med Det Aronske Præstedømme har hjulpet dem med at forberede sig på deres fremtidige ansvar, såsom mission, ægteskab og forsørgelse af en familie. Bed dem om at fortælle, hvordan de unge piger kan støtte dem i deres præstedømme og fremtidige ansvar. Du kan eventuelt bede Unge Pigers præsident om at tale

med biskoppen om, hvilken dreng eller drenge du skal invitere.

Formålet med pagter og ordinancer

Spørgsmål til samtale

- Hvad er formålene med ordinancer og pagter?
- Hvordan kan nogle aktiviteter eller interesser afholde os fra at ære vore pagter med Gud?

Profeternes ord

- David A. Bednar, »Modtag Helligånden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 94-97. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Dåb ved nedsænkning . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Når vi modtager præstedømmeordinancer, indgår vi hellige pagter«.
- David A. Bednar, »Så vi altid må have hans Ånd hos os«, *Liahona*, maj 2006, s. 28-31.
- D. Todd Christofferson, »Styrken i pagter«, *Liahona*, maj 2009, s. 19-23.

Yderligere generalkonferencetaler

- Mervyn B. Arnold, »Hvad har du gjort med mit navn?«, *Liahona*, nov. 2010, s. 105-107. Overvej at bruge de første tre afsnit, der begynder med »Da præsident George Albert Smith var dreng . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Det er vores ansvar at holde de pagter, vi indgår med Herren«.
- Mary N. Cook, »Vær et forbillede for de troende«, *Liahona*, nov. 2010, s. 80-82. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Dernæst, vær et forbillede for de troende i renhed . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Når vi modtager præstedømmeordinancer, indgår vi hellige pagter«.

Yderligere hjælpemidler

- 1 Ne 22:11; Alma 13:8, 16.
- Citater af kirkeledere: [ordinances](#) og [covenant](#), lds.org.

Medier

- Musik: »Mer hellighed giv mig«, *Salmer og sange*, nr. 63.
- Video: Elaine S. Dalton, »Return to Virtue«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- Video: Quentin L. Cook, »Seek the Higher Ground«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Tro – opgave 4; Værdinorm Guddommelighed – opgave 4.

LEKTION 18

Tempelvielse – Et krav for evigt familieliv

Spørgsmål til samtale

- Hvordan velsigner et tempelægteskab en familie?
- Hvad kan I gøre nu for at forberede jer til at blive viet og beseglet i templet?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Det hellige tempel – Et fyrtårn for verden«, *Liahona*, maj 2011, s. 90-94. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Indtil I er trådt ind . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Tempelvielsen er en evig ordinance«.
- Richard G. Scott, »Velsignelserne ved evigt ægteskab«, *Liahona*, maj 2011, s. 94-96. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »To af de vigtige søjler . . .« i det afsnit i lektionen, der hedder »Tempelvielsen er en evig ordinance«.
- Russell M. Nelson, »Celestialt ægteskab«, *Liahona*, nov. 2008, s. 92-94. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Ægteskabet er til debat . . .« som indledning på lektionen.

Yderligere generalkonferencetaler

- Elaine S. Dalton, »Dydens vogtere«, *Liahona*, maj 2011, s. 121-124. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Sidste måned havde jeg mulighed for at være med . . .« i det afsnit i lektionen, der hedder »Det er nu, vi skal forberede os til en tempelvielse«.
- Gerrit W. Gong, »Tempelspejlenes evighed: Et vidnesbyrd om familien«, *Liahona*, nov. 2010, s. 36-38. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Jeg stod for nylig i Herrens hus . . .« i det afsnit i lektionen, der hedder »Pigerne kan opnå evig glæde gennem tempelægteskab«.

Yderligere hjælpemidler

- 1 Mos 1:27-28; 4 Ne 1:11; L&P 131:1-3; L&P 132:15-16.
- »Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, nov. 2010, s. 129; se også *Unge Piger: Personlig fremgang*, 2010, s. 101.
- Mormonad: [Marriage](#).

Medier

- Musik: »Vores familie kan være sammen for evigt«, *Salmer og sange*, nr. 194; »Herrens tempel«, *Liahona*, dec. 2002, s. 20-21 eller <http://lds.org/youth/music>; »Jeg elsker Herrens tempel«, *Børnenes sangbog*, s. 99.
- Billede: *Ungt par går i templet*, *Evangelisk kunst*, 2009, s. 210.
- Video: Elaine S. Dalton, »Return to Virtue«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 6; Værdinorm Retskaffenhed – opgave 1.
- Bed jeres biskop eller grenspræsident om at undervise de unge piger om tempelinterview (se *Tro mod sandheden*, 2005, s.149).

LEKTION 19

Personlige optegnelser

Spørgsmål til samtale

- Hvilke velsignelser fra Herren kan vi skrive i vores dagbog? Hvordan kan det minde os om Herrens kærlighed til os, når vi nedskriver disse velsignelser?
- Hvem bliver ellers velsignet, når vi skriver dagbog? Hvordan?

Profeternes ord

- Henry B. Eyring, »O, husk, husk«, *Liahona*, nov. 2007, s. 66-69.

Yderligere generalkonferencetaler

- Don R. Clarke, »Bliv et redskab i Guds hænder«, *Liahona*, nov. 2006, s. 97-99. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »Jeg har en lille bog, som jeg har med mig . . .«

Yderligere hjælpemidler

- 1 Ne 1:1, 16-17; 1 Ne 3:19-20; 2 Ne 5:29-33; 2 Ne 4:15; 3 Ne 23:9-13.
- Mormonad: »Choose to Write«.
- Billede: *Mormon forkorter pladerne*, *Evangelisk kunst*, 2009, s. 73.

Medier

- Video: Henry B. Eyring, »O Remember, Remember«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- I tre uger skal I hver aften, før I går i seng, tænke over ældste Henry B. Eyrings spørgsmål: »Sendte Gud et budskab, der var til mig? Så jeg hans hånd i mit liv?« (*Liahona*, nov. 2007, s. 69). Nedskriv disse oplevelser i jeres dagbog.
- Gennemgå jeres dagbog for Personlig fremgang. Hvordan er jeres vidnesbyrd blevet styrket det seneste halve år? Hvad har I lært?

LEKTION 20

Ræk andre hånden

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan vi række ud til andre og opmuntre dem i deres deltagelse i kirkemøder?
- Hvordan kan vi overvinde vores forlegenhed og række ud mod andre?

Profeternes ord

- Henry B. Eyring, »Vær beredt«, *Liahona*, nov. 2009, s. 59-62. Overvej at bruge de syv afsnit, der begynder med »Vi kan hjælpe dem til at vælge . . .« i det afsnit i lektionen, der hedder »Vi kan række andre hånden«.
- M. Russell Ballard, »Find glæde gennem kærlig tjeneste«, *Liahona*, maj 2011, s. 46-49. Overvej at bruge de fire afsnit, der begynder med »Et andet sted, hvor vi har rig mulighed . . .« i afsnittet i lektionen, der hedder »Vi kan række andre hånden«.
- Russell M. Nelson, »Vær et forbillede for de troende«, *Liahona*, nov. 2010, s. 47-49.

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Venlighed begynder med mig«, *Liahona*, maj 2011, s. 118-121.
- Silvia H. Allred, »Kernen i at være discipel«, *Liahona*, maj 2011, s. 84-86.
- Marlin K. Jensen, »Venskab – Et evangelisk princip«, *Liahona*, juli 1999, s. 74-76.

Yderligere hjælpemidler

- Matt 25:40; Luk 15:4-7; 1 Thess 2:7-8; Mosi 2:17; Mosi 18:8-9; Moro 7:45-48; L&P 81:5.

Medier

- Musik: »Har jeg gjort noget godt«, *Salmer og sange*, nr. 143; »Brightly Beams Our Father's Mercy«, *Hymns*, nr. 335; »Hyrden hos fårene våger«, *Salmer og sange*, nr. 144.
- Video: »Charity: An Example of the Believers«.
- Video: Thomas S. Monson, »Have I Done Any Good in the World Today?«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: *Strength of Youth Media 2011 DVD*, »Inviting All to Come unto Christ: Sharing the Gospel«.
- Video: »For Madison«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Personlig værdi – opgave 3.
- Aktivitet: Saml de unge piger (du kan eventuelt også tage de unge mænd med) og læs som gruppe s. 12 og 13 i *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002. Drøft venskab, og hvordan man er en god ven.

LEKTION 21

Et retfærdigt eksempel påvirker andre

Spørgsmål til samtale

- Hvordan reagerer jeres venner, når I efterlever Kirkens standarder? Hvordan kan I reagere, hvis de betragter jeres lydighed som selvretfærdighed?
- Hvordan kan I reagere, hvis nogen driller eller kritiserer jer for at efterleve Kirkens standarder?
- Hvordan påvirker vores ærlighed over for andre vores forhold til dem?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Retskafne eksempler«, *Liahona*, maj 2008, s. 65-68. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Mine unge venner, vær stærke . . .« som afslutning på lektionen.
- Quentin L. Cook, »Sidste dages hellige kvinder er mageløse!«, *Liahona*, maj 2011, s. 18-21. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Da jeg for nylig blev udsendt . . .« i det afsnit i lektionen, der hedder »Et godt eksempel kan glæde mange«.
- Russell M. Nelson, »Vær et forbillede for de troende«, *Liahona*, nov. 2010, s. 47-49. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »I et brev til en af sine mest betroede kammerater . . .« i det afsnit i

lektionen, der hedder »I skrifterne understreges eksemplets magt«.

- Quentin L. Cook, »Der skal være lys!«, *Liahona*, nov. 2010, s. 27-30. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Den 13. trosartikel indledes således . . .« i det afsnit i lektionen, der hedder »Et retfærdigt eksempel kan påvirke andre«.

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Vær et forbillede for de troende«, *Liahona*, nov. 2010, s. 80-82. Overvej at bruge de fire afsnit, der begynder med »Nu vil jeg gerne sige et par ord til Kirkens vidunderlige unge . . .« i det afsnit i lektionen, der hedder »Et retfærdigt eksempel kan påvirke mange«.

Yderligere hjælpeklider

- 2 Ne 31:9, 16; Alma 17:11; Alma 39:11; 3 Ne 18:16; Moro 7:10.
- Citater af kirkeledere: [eksempel](#).

Medier

- Musik: »We Believe«, lds.org/youth/music.
- Video: »I'm a Young Woman, and I Believe«, lds.org/youth/video.
- Video: »No Cussing Club«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- Video: »Charity: An Example of the Believers«.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Gode gerninger – opgave 7.

LEKTION 22

Omvendelse

Spørgsmål til samtale

- Sommetider kan vi føle os skyldige, selv efter vi har omvendt os. Hvordan kan vi vide, om vi virkelig er blevet tilgivet?

Profeternes ord

- Dieter F. Uchtdorf, »Det sikre vendepunkt«, *Liahona*, maj 2007, s. 99-101. Overvej at læse de seks afsnit, der begynder med »Præsident Harold B. Lee sagde . . .«
- Boyd K. Packer, »Jeg husker ikke mere på deres synder«, *Liahona*, maj 2006, s. 25-28.

- Russell M. Nelson, »Omvendelse«, *Liahona*, maj 2007, s. 102-104.
- Neil L. Andersen, »Bliv omvendt . . . så jeg kan helbrede jer«, *Liahona*, nov. 2009, s. 40-43.

Yderligere generalkonferencetaler

- C. Scott Grow, »Forsoningens mirakel«, *Liahona*, maj 2011, s. 108-110.

Yderligere hjælpeklider

- Mosi 26:29-30; Alma 26:22; Hel 12:23; 3 Ne 9:22; L&P 18:10-13; L&P 58:42-43.
- *Tro mod sandheden*, 2005, »Omvendelse«, s. 111-115.

Medier

- Musik: »Hvor nådig er Guds lov«, *Salmer og sange*, nr. 68.
- Billede: *Jesus beder i Getsemane Have*, *Evangelisk kunst*, 2009, s. 56.
- Video: »Lifting Burdens«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Omvendelse«, s. 29-30, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org). Nedskriv i din dagbog konsekvenserne ved bevidst at bryde Guds befalinger efter at have læst dette afsnit om omvendelse. I kan også medtage eksempler på omvendelse i skriften.
- Personlig fremgang: Værdinorm Tro – opgave 3; Værdinorm Dyd – opgave 4.

LEKTION 23

Tilgivelse

Spørgsmål til samtale

- Hvad vil det sige at tilgive andre? Hvorfor er det vigtigt at tilgive andre?
- Hvordan kan vi tilgive nogen, som virkelig har såret os?
- Hvad føler I, når I har tilgivet andre? Hvad føler I, når andre har tilgivet jer?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Kærligheden ophører aldrig«, *Liahona*, nov. 2010, s. 122-125. Overvej at læse de otte afsnit, der begynder med »Et ungt par . . .«
- Dieter F. Uchtdorf, »Det sikre vendepunkt«, *Liahona*, maj 2007, s. 99-101.

- Richard G. Scott, »At være fri for tunge byrder«, *Liahona*, nov. 2002, s. 86-88. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »I bærer måske på en tung byrde . . .«
- Gordon B. Hinckley, »Tilgivelse«, *Liahona*, nov. 2005, s. 81-84.
- James E. Faust, »Tilgivelsens helbredende kraft«, *Liahona*, maj 2007, s. 67-69.

Yderligere generalkonferencetaler

- C. Scott Grow, »Forsoningens mirakel«, *Liahona*, maj 2011, s. 108-110. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »Hvis I lider under skyldfølelser . . .«

Yderligere hjælpeklider

- 1 Ne 7:16-21; 3 Ne 12:38-44; 3 Ne 13:11, 14-15; L&P 64:9-11; L&P 82:1.

Medier

- Musik: »Frelser, jeg vil følge dig«, *Salmer og sange*, nr. 152.
- Musik: »I Will Forgive«, lds.org/youth/music.
- Video: »Forgiveness: My Burden Was Made Light«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Retskaffenhed – opgave 2.

LEKTION 24

Bøn og meditation

Spørgsmål til samtale

- Hvad vil det sige at bede med oprigtig hensigt?
- Hvordan kan vi forpligte os mere til at handle ifølge de svar, vi modtager? (se *Forkynd mit evangelium*, 2005, s. 72).

Profeternes ord

- Russell M. Nelson, »Lektier fra Fadervor«, *Liahona*, maj 2009, s. 46-49.
- Richard G. Scott, »Anvend bønnens himmelske gave«, *Liahona*, maj 2007, s. 8-11.
- Richard G. Scott, »Lær at erkende svar på bønner«, *Stjernen*, jan. 1990, s. 30-32.
- Boyd K. Packer, »Bøn og tilskyndelser«, *Liahona*, nov. 2009, s. 43-47. Overvej at læse de to afsnit, der begynder med »Bed, selv hvis du er ung og vildfaren . . .«

Yderligere generalkonferencetaler

- Ann M. Dibb, »Vær modig«, *Liahona*, maj 2010, s. 114-116. Overvej at læse de fire afsnit, der begynder med »Josva og Israels børn . . .«

Yderligere hjælpeklider

- Bøn: 2 Ne 32:8-9; Alma 34:17-28; 3 Ne 14:7-8; L&P 6:14-16, 21-23; L&P 9:7-9. Grunde: 2 Ne 4:15-16; 3 Ne 17:3; Moro 10:3-4.
- Guide til Skrifterne: Grunde, s. 66.
- *Tro mod sandheden*, 2005, s. 11. Denne tekst angiver det korrekte sprog, vi bør anvende, når vi beder.
- Mormonad: [Prayer](#).

Medier

- Musik: »O bønnestund«, *Salmer og sange*, nr. 78; »Bøn er et hjertes indre sang«, *Salmer og sange*, nr. 75.
- Video: Thomas S. Monson, »Prayer«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Elaine S. Dalton, »You're Never Alone«.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Retskaffenhed – opgave 2; Værdinorm Guddommelighed – opgave 3; Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 1.

LEKTION 25

Sabbatsdagen

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan vi bedst afgøre, hvad der er passende og opløftende at foretage os på sabbatten?
- Hvordan kan sabbatten være en »hviledag«?
- Hvilke velsignelser får vi, når vi holder sabbatten hellig? (se L&P 59:9-21).
- Hvordan kan den måde, vi klæder os på, påvirke vores tilbedelse og aktiviteter på sabbatten?

Profeternes ord

- L. Tom Perry, »Sabbatten og nadveren«, *Liahona*, maj 2011, s. 6-9.
- Dallin H. Oaks, »Undervisning i evangeliet«, *Liahona*, jan. 2000, s. 94-98.
- Jeffrey R. Holland, »Til Unge Piger«, *Liahona*, nov. 2005, s. 28-30. Overvej at læse afsnittet, der begynder med »Jeg har en særlig bøn angående, hvordan unge piger . . .«

- James E. Faust, »Herrens dag«, *Stjernen*, jan. 1992, s. 38-40.

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Vidnesbyrdets anker«, *Liahona*, maj 2008, s. 120-122.

Yderligere hjælpemidler

- Es 58:13-14; Mosi 18:23; L&P 59:9-29.
- John H. Groberg, »Styrken ved at holde sabbatsdagen hellig«, *Stjernen*, jan. 1985, s. 63-66.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Overholdelse af sabbatsdagen«, s. 32-33, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).

Medier

- Musik: »'Tis Sweet to Sing the Matchless Love«, *Hymns*, nr. 177; »Vær velkommen, søndag morgen«, *Salmer og sange*, nr. 184.
- Billede: *Omdeling af nadveren*, *Evangelisk kunst*, 2009, s. 108.
- Video: »Remembering the Sacrament«, lds.org/youth/video.
- Video: »The Miracle of Personal Progress«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Tro – opgave 3.

LEKTION 26

Vidnesbyrd

Spørgsmål til samtale

- Hvad er et vidnesbyrd? Hvorfor er det vigtigt fortsat at styrke vores vidnesbyrd?
- Hvordan kan vi fortælle andre vores vidnesbyrd uden at sige: »Jeg vil gerne bære mit vidnesbyrd«?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Han er opstået!«, *Liahona*, maj 2010, s. 87-90.
- Henry B. Eyring, »Et levende vidnesbyrd«, *Liahona*, maj 2011, s. 125-128. Overvej at bruge denne tale i det afsnit i lektionen, der hedder »Et vidnesbyrd må til stadighed styrkes og deles med andre«.
- Dieter F. Uchtdorf, »Styrken ved et personligt vidnesbyrd«, *Liahona*, maj 2006, s. 37-39.

- M. Russell Ballard, »Det rene vidnesbyrd«, *Liahona*, nov. 2004, s. 40-43.

Yderligere generalkonferencetaler

- Cecil O. Samuelson jun., »Vidnesbyrd«, *Liahona*, maj 2011, s. 40-42.
- Ann M. Dibb, »Vær modig«, *Liahona*, maj 2010, s. 114-116. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »Som medlemmer af Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige . . .«

Yderligere hjælpemidler

- Jay E. Jensen, »Bær vidnesbyrd«, *Liahona*, okt. 2005, s. 10-13.
- Alma 5:45-46; Alma 34:8; L&P 62:3; L&P 76:19-24; L&P 80:4; L&P 84:61.
- Mormonad: »Without a Doubt«.

Medier

- Musik: »Han lever! Vor Forløser stor«, *Salmer og sange*, nr. 70.
- Video: »He Lives: Testimonies of Jesus Christ«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Tro – opgave 5.

LEKTION 27

Studium af skriften

Spørgsmål til samtale

- Hvilke velsignelser kan der komme ved skriftstudium? (se 1 Ne 15:24).
- Hvordan kan skriftstudium hjælpe os i vores tilværelse? (se 2 Ne 32:3).

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Så sikker en grundvold«, *Liahona*, nov. 2006, s. 62-69. Overvej at læse de seks afsnit, der begynder med »Min anden retningslinje: . . .« og drøfte, hvordan skriftstudium kan hjælpe de unge med at besvare deres spørgsmål.
- David A. Bednar, »Vær altid vågne og udholdende«, *Liahona*, maj 2010, s. 40-43.
- D. Todd Christofferson, »Velsignelsen ved skriften«, *Liahona*, maj 2010, s. 32-35.

Yderligere generalkonferencetaler

- Julie B. Beck, »Thi min sjæl fryder sig over skrifterne«, *Liahona*, maj 2004, s. 107-109.

Yderligere hjælpeklider

- Gordon B. Hinckley, »Et levende og ægte vidnesbyrd«, *Liahona*, aug. 2005, s. 2-6.
- 1 Ne 15:23-25; 2 Ne 4:15; 2 Ne 31:20; Alma 17:2; 3 Ne 23:6-14; 3 Ne 26:1-2; L&P 1:37; L&P 10:43-52; L&P 18:34-36.
- Mormonad: »Questions? Answers«.

Medier

- Musik: »Jernstangen«, *Salmer og sange*, nr. 182; »Når jeg dine skrifter søger«, *Salmer og sange*, nr. 183.
- Video: Craig C. Christensen, »A Book with a Promise«, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.
- Video: Jeffrey R. Holland, »Testimony of The Book of Mormon«, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.
- Video: Jeffrey R. Holland, »God's Words Never Cease«, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 1. Giv de unge piger en udfordring om at grundlægge en vane med regelmæssig skriftstudium og bøn. Opfordr dem til at sætte sig et personligt mål om læsning. Giv de unge piger mulighed for at fortælle om indblik og oplevelser fra deres personlige skriftstudium.

LEKTION 28

Modstå synd

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan vi styrke vores evne til at modstå fristelse?
- Hvilke skriftsteder har givet jer styrke til at modstå fristelse?

Profeternes ord

- Richard G. Scott, »Hvordan man lever et godt liv blandt tiltagende ondskab«, *Liahona*, maj 2004, s. 100-102.
- M. Russell Ballard, »O, hvor snedig er ikke den Ondes plan«, *Liahona*, nov. 2010, s. 108-110.

- D. Todd Christofferson, »Moralsk disciplin«, *Liahona*, nov. 2009, s. 105-108.

Yderligere generalkonferencetaler

- Jairo Mazzagardi, »Undgå syndens fælde«, *Liahona*, nov. 2010, s. 103-105.
- Elaine S. Dalton, »Dydens vogtere«, *Liahona*, maj 2011, s. 121-124.

Yderligere hjælpeklider

- 1 Mos 39:1-9; 2 Ne 4:27-28; 2 Ne 9:39; Alma 39:9; Alma 59:9; L&P 10:5; L&P 27:15-18.
- Studér efter emne: [Fristelse](#).
- Mormonad: [Temptation](#), [Obedience](#).

Medier

- Musik: »Som Zions ungdom vi står fast«, *Salmer og sange*, nr. 169; »Skal vi svigte vore pagter«, *Salmer og sange*, nr. 167; »Vælg altid ret«, *Børnenes sangbog*, s. 80.
- Video: Boyd K. Packer, »Counsel to Youth«, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.
- Video: Dallin H. Oaks, »Within Bounds«.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – opgave 5; Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 2.

LEKTION 29

Kristi andet komme

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan vi forholde os roligt og fredfyldt, selv når nogle af tegnene på det andet komme virker foruroligende?
- Hvordan kan vi forberede os, så vi er klar, når Frelseren kommer igen?

Profeternes ord

- Dallin H. Oaks, »Forberedelse til Kristi andet komme«, *Liahona*, maj 2004, s. 7-10.
- Neil L. Andersen, »Forbered verden på det andet komme«, *Liahona*, maj 2011, s. 49-52. Overvej at læse de fire afsnit, der begynder med »Jeg elsker Harry Andersons maleri . . .«

Yderligere generalkonferencetaler

- Keith B. McMullin, »Saml et forråd«, *Liahona*, maj 2007, s. 51-53. Overvej at læse de seks afsnit, der begynder med »Læren om Messias' andet komme . . .«

Yderligere hjælpeklider

- Matt 24 (JS-M 1); Luk 21:34-36; 1 Kor 15:22-28; 1 Thess 5:1-6; 2 Pet 3:10-14; Eter 4:19; L&P 29:14-23; L&P 38:30; L&P 45:17-57; L&P 68:11; L&P 88:87-94; L&P 133:42-52.
- Studér efter emne: [Jesu Kristi andet komme](#).
- *Tro mod sandheden*, 2005, »Andet komme, Jesu Kristi«, s. 5-7.
- *Evangeliske principper*, 2010, kap. 43: »Tegn på det andet komme«.
- *Lære og Pagter og Kirkens historie, Seniorklassens lærerhæfte*, 2000, lektion 21: »Forvent Herrens store dag«, s. 115-120.
- Billede: [Det andet komme](#), *Evangelisk kunst*, 2009, s. 66; [De ti brudepiger](#), *Evangelisk kunst*, 2009, s. 53.

Medier

- Musik: »O, kom, du Konge, kom«, *Salmer og sange*, nr. 21; »Jesus vil i herlighed«, *Salmer og sange*, nr. 118; »Når Jesus atter kommer her«, *Børnenes sangbog*, s. 46-47.
- Video: Quentin L. Cook, »[Seek the Higher Ground](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: »[They that Are Wise](#)«, lds.org/media-library.

Acceptér og handl

- Overvej at skrive svarene på følgende spørgsmål ned i din dagbog: På hvilke områder i mit liv er jeg beredt på Kristi andet komme? Hvilke områder af mit liv har brug for forbedring?

LEKTION 30

Tjeneste

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan vi lære at være mere betænksomme over for andres følelser og behov?
- Hvordan kan vi tjene vores familie, venner og lokalsamfund?
- Hvordan velsigner tjeneste både den, der yder og den, der modtager?

- Hvordan kan vores hjertets hensigt påvirke den måde, vi tjener på?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Må I have mod«, *Liahona*, maj 2009, s. 123-127.
- Dieter F. Uchtdorf, »I er mine hænder«, *Liahona*, maj 2010, s. 68-75.
- Dallin H. Oaks, »Uselvisk tjeneste«, *Liahona*, maj 2009, s. 93-96.

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Venlighed begynder med mig«, *Liahona*, maj 2011, s. 118-121.

Yderligere hjælpeklider

- Mosi 2:17; Mosi 4:16-21, 26-27; Alma 34:28-29; 3 Ne 12:40-44.

Medier

- Musik: »Har jeg gjort noget godt«, *Salmer og sange*, nr. 143; »Each Life That Touches Ours for Good«, *Hymns*, nr. 223.
- Billede: [Tjeneste](#), *Evangelisk kunst*, 2009, s. 115.
- Video: »[For Madison](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- Video: »[Time to Give](#)«, lds.org/youth/video.
- Video: *Strength of Youth Media 2011 DVD*, »[We Believe in Doing Good to All Men: Service](#)«.
- Video: Thomas S. Monson, »[Have I Done Any Good in the World Today?](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – opgave 2; Værdinorm Gode gerninger – opgave 2; Værdinorm Gode gerninger – opgave 5; Værdinorm Gode gerninger – opgave 6; Værdinorm Gode gerninger – projekt, punkt 5.

LEKTION 31

Gruppeaktiviteter: Et grundlag for klogt samvær med drenge

Spørgsmål til samtale

- Hvorfor er de unge blevet rådet til at undgå at gå på hyppige dates med den samme person?
- Der kan opstå tidspunkter, hvor I bliver presset til at gå imod profetens råd med hensyn til at date

tidligt eller komme fast sammen med en person. Hvad kan I gøre eller sige i disse situationer for at forblive tro mod Herrens standarder?

- Hvordan kan følgende standarder for dating velsigne jer?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Forberedelse bringer velsignelser«, *Liahona*, maj 2010, s. 64-67. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Begynd at forberede jer til et tempelægteskab . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Fællesaktiviteter er et godt grundlag for at indlede bekendtskab med en dreng«.

Yderligere generalkonferencetaler

- John B. Dickson, »Forpligtelse over for Herren«, *Liahona*, maj 2007, s. 14-15.

Yderligere hjælpemidler

- Jak 2:28; L&P 87:8.
- Elaine S. Dalton, »Dydens vogtere«, *Liahona*, maj 2011, s. 121-124.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Dating«, s. 24-25, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- Idéliste: »[The Do's of Dating](http://youth.lds.org)«, youth.lds.org.
- Mormonad: [Dating](#).

Medier

- Musik: »Vælg kun ret«, *Salmer og sange*, nr. 155; »Kære barn, din Gud er nær dig«, *Salmer og sange*, nr. 44.
- Video: »[Virtue: For Such a Time as This](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Valg og ansvarlighed – projekt, punkt 1.

LEKTION 32

Personlig renhed gennem selvdisciplin

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan en beslutning nu om at forblive moralsk ren hjælpe jer med at bevare jeres personlige renhed?
- Hvordan påvirker musik og andre former for underholdning vore tanker og handlinger?

- Hvordan kan vore tanker og handlinger påvirke, hvilken slags kvinder vi bliver?
- Hvordan kan vi udvikle en større selvdisciplin?

Profeternes ord

- Richard G. Scott, »Den forvandlende kraft ved tro og karakterstyrke«, *Liahona*, nov. 2010, s. 43-46. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Du kan ikke tillade dig at være passiv . . .« som indledning til lektionen.
- David A. Bednar, »Skyldfrie hænder og et rent hjerte«, *Liahona*, nov. 2007, s. 80-83. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Jesu Kristi evangelium indeholder . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Vi kan leve et rent liv ved at disciplinere os selv«.

Yderligere generalkonferencetaler

- Elaine S. Dalton, »Husk på, hvem I er!«, *Ensign and Liahona*, May 2010, 120-23.
- Elaine S. Dalton, »Vend tilbage til dyden«, *Liahona*, nov. 2008, s. 78-80.

Yderligere hjælpemidler

- Jak 2:28; Mosi 4:30; Alma 38:12; Moro 10:30; L&P 10:5; L&P 121:45-46; TA 1:13.
- Elaine S. Dalton, »Kom, lad os drage op til Herrens bjerg«, *Liahona*, maj 2009, s. 120-123. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Hvad betyder det at vende tilbage til dyd?« i det afsnit af lektionen, der hedder »Vi kan lære at disciplinere os selv«.
- David L. Beck and Elaine S. Dalton, »Dating and Virtue«, *Ensign*, sep. 2010, s. 14-20.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Underholdning og medier«, s. 17-19, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Sprog«, s. 22-23, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Seksuel renhed«, s. 26-28, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- Mormonad: [Language, Media, Music, Self-discipline](#).

Medier

- Musik: »Mer hellighed giv mig«, *Salmer og sange*, nr. 63; »[Guardians of Virtue](#)«, lds.org/youth/music.
- Video: *Strength of Youth Media 2011 DVD*, »[Honest, True, Chaste, Benevolent, Virtuous: Values](#)«.

- Video: »Guardians of Virtue«, lds.org/youth/video.
- Video: »No Cussing Club«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- »Worthy Music, Worthy Thoughts« videos, lds.org.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Retskaffenhed – opgave 1, 2.

LEKTION 33

Undgå nedbrydende indflydelse fra medierne

Spørgsmål til samtale

- Hvilke tegn findes der på, at vi tilbringer for megen tid med at se tv, spille videospil, sende sms'er, bruge sociale medier og internettet eller brugen af andre medier? (Bemærk: Tænk på omstændighederne hos de unge piger i din menighed, når du overvejer, hvordan disse spørgsmål skal anvendes, og tilpas spørgsmålene i henhold hertil).
- Hvordan kan I hjælpe jeres venner til at forstå og respektere jeres standarder med hensyn til medier?
- Alle former for medier er redskaber. Hvordan kan vi bruge disse redskaber til at velsigne vores og andres tilværelse? Hvordan kan disse redskaber være skadelige?
- Hvordan har I brugt Kirkens hjemmesider, såsom youth.lds.org?
- Hvordan kan vi ved brug af sociale medier fortælle andre om evangeliet?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Præstedømmets kraft«, *Liahona*, maj 2011, s. 66-69. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Mange film og tv-programmer viser . . .«
- Thomas S. Monson, »Tro mod sandheden«, *Liahona*, maj 2006, s. 18-21. Overvej at bruge de fire afsnit, der begynder med »Derudover holder den onde . . .«

Yderligere generalkonferencetaler

- L. Whitney Clayton, »Salige er alle de rene af hjertet«, *Liahona*, nov. 2007, s. 51-53.

Yderligere hjælpemidler

- Moro 7:12-17; L&P 25:10; L&P 45:32; TA 1:13.

- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Underholdning og medier«, s. 17-19, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- »Social Media Helps for Members«, lds.org; »Using Social Media for Gospel Purposes«, lds.org.
- Mormonad: [Media, Music](#).

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 5; Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 6; Værdinorm Valg og ansvarlighed – projekt, punkt 3.

LEKTION 34

Værdige tanker

Spørgsmål til samtale

- Sommetider befinder vi os i omgivelser, hvor vi er omgivet af ord, der støder os. Hvad kan vi gøre for at fjerne disse ord fra vore tanker?
- Hvordan kan den musik, vi lytter til, og de visuelle medier, vi ser, påvirke vore tanker? Hvordan påvirker vore tanker vore handlinger?

Profeternes ord

- Boyd K. Packer, »Værdig musik, værdige tanker«, *Liahona*, apr. 2008, s. 30-35.
- Jeffrey R. Holland, »Engles tunge«, *Liahona*, maj 2007, s. 16-18. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »I den forbindelse giver det sig selv . . .«
- Jeffrey R. Holland, »Ingen plads til min sjæls fjende«, *Liahona*, maj 2010, s. 44-46. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Uvelkomne tanker kan som en tyv i natten . . .«

Yderligere generalkonferencetaler

- Jay E. Jensen, »Salmers nærende kraft«, *Liahona*, maj 2007, s. 11-13.
- Elaine S. Dalton, »Dydens vogtere«, *Liahona*, maj 2011, s. 121-124.

Yderligere hjælpemidler

- Ordsp 23:7; Mosi 4:30; Alma 12:14; Alma 37:36; L&P 6:36; L&P 25:12.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Sprog«, s. 22-23, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- Mormonad: [Music, Thoughts](#).

Medier

- Video: »No Cussing Club«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Valg og ansvarlighed – projekt, punkt 3. Overvej til en hverdagsaktivitet at læse »Musik i vores personlige liv« fra Det Første Præsidentskabs forord i salmebogen. Syng flere af jeres yndlingssalmer. Overvej at lære en salme udenad som klasse.

LEKTION 35

En retfærdig levevis trods pres

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan vore ønsker påvirke vore valg?
- Hvordan kan I reagere på folk, der chikanerer jer eller gør grin med jer på grund af jeres tro eller standarder?
- Hvordan kan I være gode eksempler for venner, der ikke efterlever standarderne, uden at være irriterende eller fremstå som selvretfærdig?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Valgets principper«, *Liahona* nov. 2010, s. 67-70. Overvej at bruge de seks afsnit, der begynder med »Når vi står over for vigtige valg . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Vi kan leve retfærdigt i en uretfærdig verden«.
- Thomas S. Monson, »Må I have mod«, *Liahona* maj 2009, s. 123-127. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Lad mig først tale . . .« i det afsnit, der hedder »Vi kan leve retfærdigt i en uretfærdig verden«.
- Thomas S. Monson, »Så sikker en grundvold«, *Liahona*, nov. 2006, s. 62-69.
- Dallin H. Oaks, »Ønske«, *Liahona*, maj 2011, s. 42-45. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Jeg har valgt at tale om . . .« som indledning til lektionen.

Yderligere generalkonferencetaler

- Ann M. Dibb, »Jeg tror, at jeg skal være ærlig og pålidelig«, *Liahona*, maj 2011, s. 115-118. Overvej at bruge de fem afsnit, der begynder med »At være tro mod vore overbevisninger . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Vi kan leve retfærdigt i en uretfærdig verden«.

- Mary N. Cook, »Giv aldrig, aldrig, aldrig op!«, *Liahona*, maj 2010, s. 117-119. Overvej at bruge det afsnit, der begynder med »Efterhånden som I bliver ældre . . .« som afslutning på lektionen.

Yderligere hjælpeklider

- 1 Tim 4:12; 1 Ne 15:34; 2 Ne 31:16; Alma 17:11; 3 Ne 12:16; 3 Ne 18:24.

Medier

- Musik: »Skal vi svigte vore pagter«, *Salmer og sange*, nr. 167; »Vælg kun ret«, *Salmer og sange*, nr. 155.
- [Mormon Messages for Youth videos](http://lds.org/media-library), lds.org/media-library.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 2; Værdinorm Retskaffenhed – opgave 1; Værdinorm Retskaffenhed – opgave 2; Værdinorm Retskaffenhed – opgave 5.

LEKTION 36

Sandhedens betydning i et rent liv

Spørgsmål til samtale

- Hvilke evangeliske sandheder og standarder fordrejer verden?
- Hvordan kan vi forklare efterlevelse af kyskhedsloven, et helligt og følsomt emne, til venner, der ikke tror på det samme?
- Hvad betyder retskaffenhed? Hvilke velsignelser kommer der af at leve i overensstemmelse med det, man ved, er rigtigt?

Profeternes ord

- Richard G. Scott, »Sandheden, grundlaget for rette valg«, *Liahona*, nov. 2007, s. 90-92.
- Neil L. Andersen, »Det er sandt, er det ikke? Hvad andet betyder så noget?«, *Liahona*, maj 2007, s. 74-75.

Yderligere generalkonferencetaler

- Elaine S. Dalton, »Bliv på stien«, *Liahona*, maj 2007, s. 112-114.
- Ann M. Dibb, »Jeg tror, at jeg skal være ærlig og pålidelig«, *Liahona*, maj 2011, s. 115-118.
- Elaine S. Dalton, »Kom, lad os drage op til Herrens bjerg«, *Liahona*, maj 2009, s. 120-123. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »For at være og forblive dydige . . .«

Yderligere hjælpemidler

- Job 27:5-6; Joh 8:32; 1 Ne 16:2; Alma 24:19; Alma 56:45-48; Alma 57:21-27; L&P 93:39; JS-H 1:23-25.

Medier

- Musik: »O sig, hvad er sandhed?«, *Salmer og sange*, nr. 180; »Skal vi svigte vore pagter«, *Salmer og sange*, nr. 167.
- Video: Neil L. Andersen, »[You Know Enough](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Elaine S. Dalton, »[Return to Virtue](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.
- Video: *Strength of Youth Media 2011 DVD*, »[Honest, True, Chaste, Benevolent, Virtuous: Values](#)«.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Retskaffenhed – projekt, punkt 5.

LEKTION 37

Omsorg for legemet

Spørgsmål til samtale

- Hvordan vil omsorg for jeres legeme nu påvirke jeres fremtidige helbred? Hvordan vil udvikling af sunde vaner i teenageårene forberede jer til at føde og opfostre børn?
- Hvordan skader nogle mennesker i verden deres legeme? Når vi bliver fristet til at misbruge vores legeme, hvordan kan vi da i stedet respektere det?
- Hvordan kan fysisk sundhed bidrage til følelsesmæssig sundhed?
- Hvordan bliver vores handlefrihed sat på spil, når vi ikke tager os af vores legeme?
- Hvordan bringer spiseforstyrrelser helbredet, det at føle Ånden og fremtiden i fare?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Tro mod sandheden«, *Liahona*, maj 2006, s. 18-21.
- Gordon B. Hinckley, »En profets råd og bøn for ungdommen«, *Liahona*, apr. 2001, s. 30-41.

Yderligere generalkonferencetaler

- Susan W. Tanner, »Legemets hellighed«, *Liahona*, nov. 2005, s. 13-15. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Hvad ville der ske, hvis vi virkelig behandlede vores legeme . . .« som afslutning på lektionen.

Yderligere hjælpemidler

- 1 Kor 3:16-17; 1 Kor 6:19-20; L&P 89:18-21.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Fysisk sundhed«, s. 36-38, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- Provident Livings hjemmeside: [Physical Health](http://PhysicalHealth.providentliving.org), providentliving.org.
- Mormonad: Idleness.

Medier

- Musik: »Herren gav mig et tempel«, *Børnenes sangbog*, s. 73.
- Video: »[A Brand New Year: Physical Health](#)«, lds.org/youth/video.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Kundskab – projekt, punkt 3.
- Overvej at bede de unge piger om at fortælle deres familie, hvad de har lært om at have omsorg for deres legeme i følgende henvisninger: *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Fysisk sundhed«, s. 36-37; *Tro mod sandheden*, 2005, »Piercing«, s.120-121, »Tatoveringer«, s. 146.

LEKTION 38

Ernæring og visdomsordet

Spørgsmål til samtale

- Jævnaldrende, medierne og andre fortæller os ofte, at vi skal se ud på en bestemt måde. Hvordan kan det hjælpe os med at føle os sunde og selvsikre, når vi følger gode standarder for ernæring og visdomsordet?
- Hvorfor tror I, at visdomsordet lover både fysiske og åndelige velsignelser? Hvordan har I oplevet visdomsordets lovede velsignelser?

Profeternes ord

- M. Russell Ballard, »O, hvor snedig er ikke den Ondes plan«, *Liahona*, nov. 2010, s. 108-110.

Yderligere generalkonferencetaler

- John B. Dickson, »Forpligtelse over for Herren«, *Liahona*, maj 2007, s. 14-15.
- Julie B. Beck, »Erindring, omvendelse og forandring«, *Liahona*, maj 2007, s. 109-112.
- Elaine S. Dalton, »Dydens vogtere«, *Liahona*, maj 2011, s. 121-124. Overvej at læse det afsnit, der

begynder med »Hvad kan I hver især gøre for at være dydens vogter?«

Yderligere hjælpemidler

- 1 Kor 3:16-17; L&P 59:15-20; L&P 88:124; L&P 89:1-21.
- Mormonad: [Word of Wisdom](#).

Medier

- Musik: »Walk His Way«, lds.org/youth/music.
- Mormonad: »Just Once Will Hurt«, lds.org/youth/video.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Gode gerninger – opgave 2.

LEKTION 39

Narkotikamisbrug

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan det påvirke andre omkring jer at tage et standpunkt mod brugen af skadelige stoffer?
- Hvilke resultater kan narkotikamisbrug have på jeres fremtid? Uddannelse? Ægteskab? Moderskab? Erhverv? Fysiske helbred?
- Hvordan kan vi undgå at blive fristet af misbrug? Hvordan kan vi sikre os, at vi aldrig bliver afhængige af noget stof?
- Hvor kan vi henvende os, hvis vi eller vore venner er indblandet i narkotikamisbrug?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Tro mod sandheden«, *Liahona*, maj 2006, s. 18-21. Overvej at læse de to afsnit, der begynder med »Hver af os har et legeme . . .“
- Boyd K. Packer, »Råd til unge mænd«, *Liahona*, maj 2009, s. 49-52. Denne tale kommer med et svar på det fjerde spørgsmål til samtale. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »Undgå pornografiens og narkotikaens dødelige gift . . .«
- M. Russell Ballard, »O, hvor snedig er ikke den Ondes plan«, *Liahona*, nov. 2010, s. 108-110.

Yderligere generalkonferencetaler

- James E. Faust, »Styrken til at ændre sig«, *Liahona*, nov. 2007, s. 122-124. Overvej at læse de 11 afsnit,

der begynder med »En anden form for ændring, jeg ønsker at tale om . . .«

- Charles W. Dahlquist II, »Hvem er for Herrens sag?«, *Liahona*, maj 2007, s. 94-96. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »Præsident George Albert Smith . . .«

Yderligere hjælpemidler

- Dan 1; 2 Ne 15:20; Moro 10:30; L&P 59:17-20; L&P 89:4.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Fysisk sundhed«, s. 36-38, eller [online på youth.lds.org](#).
- Provident Living, [Program for frigørelse af afhængighed](#), providentliving.org. Dette kan besvare det fjerde spørgsmål til samtale.
- Provident Living, [Articles on Substance Abuse](#), providentliving.org. Disse artikler kan besvare det fjerde spørgsmål til samtale.

Medier

- Musik: »Som Zions ungdom vi står fast«, *Salmer og sange*, nr. 169.
- Billede: [Daniel afviser kongens mad og vin](#), *Evangelisk kunst*, 2009, s. 23.
- Video: »The Mormon Mustang«, lds.org/youth/video.
- Mormonad: »Just Once Will Hurt«, lds.org/youth/video.

Acceptér og handl

- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Budskab fra Det Første Præsidentskab«, s. 2-3. Lav en liste over de velsignelser, vi bliver lovet, når vi er lydige mod Guds befalinger. Overvej at fortælle jeres familie, en fra klassen eller en af Unge Pigers ledere om denne liste.
- Med biskoppens godkendelse kan du overveje at invitere en fagligt kvalificeret person til en hverdagsaktivitet for at tale med de unge og deres forældre om dette emne.

LEKTION 40

Sundhed i hjemmet

Til underviseren: Overvej at give denne lektion under hverdagsaktiviteten frem for at give den om søndagen.

Yderligere hjælpemidler

- Video: »[In Sickness and Health](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Evnen til at få succes

Spørgsmål til samtale

- Unge Pigers tema siger: »Vi er vor himmelske Faders døtre. Han elsker os.« Hvordan kan denne viden give os selvtillid? Hvordan påvirker det vores mål at vide, at vi er Guds døtre?
- Hvordan definerer I succes? Hvordan adskiller jeres definition af succes sig fra verdens definition?
- Hvordan bliver succes afgjort af vore ønsker og indsats?

Profeternes ord

- Dieter F. Uchtdorf, »Lev lykkeligt til jeres dages ende«, *Liahona*, maj 2010, s. 124-127.
- Dallin H. Oaks, »Ønske«, *Liahona*, maj 2011, s. 42-45. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »Ønsker dikterer vore prioriteter . . .«
- Dieter F. Uchtdorf, »Har vi ikke grund til at fryde os?«, *Liahona*, nov. 2007, 18-21. Overvej at bruge dele af denne tale til at understrege lektionens konklusion.

Yderligere generalkonferencetaler

- Gordon B. Hinckley, »Stræb efter det ypperlige«, *Liahona*, sep. 1999, s. 2-8. Overvej at læse de fem afsnit, der begynder med »Min hustru holder meget af at fortælle om en veninde . . .«
- Elaine S. Dalton, »Husk på, hvem I er!«, *Ensign and Liahona*, May 2010, 120-23. Consider using this in the section of the lesson titled "Our Attitudes about Ourselves Help Us Succeed."
- Charles W. Dahlquist II, »Hvem er for Herrens sag?«, *Liahona*, maj 2007, s. 94-98.

Yderligere hjælpemidler

- Ordsp 31:10-31; L&P 58:27-28; L&P 103:36; L&P 104:82; L&P 121:7-8; L&P 128:22; Moses 1:39.

Medier

- Musik: »Skal vi svigte vore pagter«, *Salmer og sange*, nr. 167; »Jeg er Guds kære barn«, *Salmer og sange*, nr. 195.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, »Continue in Patience«, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.
- Video: Dieter F. Uchtdorf, »Our True Identity«, [lds.org/youth/video](https://www.lds.org/youth/video).

- Video: »I Am a Child of God«, [lds.org/media-library](https://www.lds.org/media-library), Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Personlig værdi – opgave 7.

LEKTION 42

Mod til at prøve

Til underviseren: Denne lektion fokuserer på modet til at forsøge og lære nye og *opløftende* ting, såvel som modet til at holde ud i svære situationer. Sikr dig, at de unge piger ikke forveksler dette mod med at turde gøre det, der er dumdrigt eller syndigt.

Spørgsmål til samtale

- Hvilke værdifulde oplevelser har I haft, der krævede, at I udviste mod?
- Hvordan hjælper forberedelse os til at udvikle selvtillid og mod til at prøve noget nyt?
- Hvilke fremtidige oplevelser kan virke skræmmende? Hvad kan vi gøre for at få mod til at imødekomme disse oplevelser?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Må I have mod«, *Liahona*, maj 2009, s. 123-127.
- Thomas S. Monson, »Fat mod«, *Liahona*, maj 2004, s. 54-57.

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Giv aldrig, aldrig, aldrig op!«, *Liahona*, maj 2010, s. 117-119.

Yderligere hjælpemidler

- Quentin L. Cook, »Being in the World but Not of the World«, [lds.org/youth/article](https://www.lds.org/youth/article).
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Budskab fra Det Første Præsidentskab«, s. 2-3, eller [online på youth.lds.org](https://www.youth.lds.org).
- Jos 1:6-7; 1 Sam 17; 2 Tim 1:7; Alma 17:6-16; Alma 56:41-48, 54-56; Hel 5:12; L&P 6:36.
- Mormonad: »Stand Out«.

Medier

- Musik: »Så sikker en grundvold«, *Salmer og sange*, nr. 38; »Strong and Courageous« og »Walk Tall, You're a Daughter of God«, [lds.org/youth/music](https://www.lds.org/youth/music).

- Billede: *De 2000 unge krigere*, Evangelisk kunst, 2009, s. 80.
- Video: »Significant in Every Way«, lds.org/youth/video.
- Video: »Great Expectations for Youth of Church«, Prophets and Apostles Speak Today.
- Video: Elaine S. Dalton, »You're Never Alone«.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Retskaffenhed – opgave 3.

LEKTION 43

En retfærdig levevis

Spørgsmål til samtale

- Hvordan er Herrens måde at erkende selvværd på anderledes end verdens?
- Hvordan kan vi styrke vores tillid over for Herren?
- Hvad vil det sige at have tillid over for Herren?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Præstedømmets kraft«, *Liahona*, maj 2011, s. 66-69. Overvej at bruge de syv afsnit, der begynder med »Vi er kommet til jorden i en svær tid . . .«
- Richard G. Scott, »Den forvandlende kraft ved tro og karakterstyrke«, *Liahona*, nov. 2010, s. 43-46.

Yderligere generalkonferencetaler

- Anthony D. Perkins, »Den store og vidunderlige kærlighed«, *Liahona*, nov. 2006, s. 76-78.
- Elaine S. Dalton, »Hav et evigt perspektiv!«, *Liahona*, nov. 2006, s. 31-32.
- Elaine S. Dalton, »Kom, lad os drage op til Herrens bjerg«, *Liahona*, maj 2009, s. 120-123.
- Mary N. Cook, »Et dydigt liv – Trin for trin«, *Liahona*, maj 2009, s. 117-119.

Yderligere hjælpeskilder

- 1 Joh 2:28; 2 Ne 22:2; Mosi 2:41; L&P 121:45; L&P 130:20-21.

Medier

- Musik: »Frelser, jeg vil følge dig«, *Salmer og sange*, nr. 152; »Vælg kun ret«, *Salmer og sange*, nr. 155; »At leve evangeliet«, *Børnenes sangbog*, s. 72.

- Video: »Lifting Burdens«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: Richard G. Scott, »How Can I Find Happiness?«

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Valg og ansvarlighed – opgave 4.

LEKTION 44

Klog anvendelse af tiden

Spørgsmål til samtale

- Hvilke retningslinjer kan hjælpe os med at prioritere de krav, der stilles til vores tid?
- Hvordan kan en bedre forvaltning af tiden påvirke vores tilværelse?
- Hvordan kan vi overvinde tilbøjeligheden til at udsætte ting?
- Hvad er forskellen mellem dovenskab og hvile?

Profeternes ord

- Dieter F. Uchtdorf, »Det er et stort arbejde, jeg er i gang med, så jeg kan ikke tage derned«, *Liahona*, maj 2009, s. 59-62.
- Dallin H. Oaks, »God, bedre, bedst«, *Liahona*, nov. 2007, s. 104-108.
- Henry B. Eyring, »I dag«, *Liahona*, maj 2007, s. 89-91.
- Dallin H. Oaks, »Fokus og prioriteter«, *Liahona*, juli 2001, s. 99-102. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Vore prioriteter kommer oftest til udtryk . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Effektiv anvendelse af tiden bringer åndelige og timelige velsignelser«.

Yderligere hjælpeskilder

- Præd 3:2-8; Alma 34:33; Alma 42:4; L&P 58:26-28; L&P 60:13; L&P 88:124.
- Mormonad: [Idleness](#), [Procrastination](#).

Medier

- Musik: »Benyt de lyse dage«, *Salmer og sange*, nr. 142; »I dag skinner solen«, *Salmer og sange*, nr. 148.
- Video: Henry B. Eyring, »Choose This Day«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Kundskab – opgave 1.

LEKTION 45

Arbejdets værdi

Spørgsmål til samtale

- Hvordan er arbejde en velsignelse i vores tilværelse? Hvad er forholdet mellem arbejde og succes på forskellige områder af livet?
- Hvorfor er princippet om arbejde vigtigt for vellykkede ægteskaber og familier?
- Hvordan opbygger det familiens forhold at samarbejde i en ånd af enhed og fællesskab?
- Hvordan kan en god arbejdsmoral påvirke andre områder i vores tilværelse?

Profeternes ord

- M. Russell Ballard, »Tro, familie, fakta og frugter«, *Liahona*, nov. 2007, s. 25-27.
- D. Todd Christofferson, »Betragtninger over et liv viet til Gud«, *Liahona*, nov. 2010, s. 16-19.
- Dieter F. Uchtdorf, »To principper, der gælder for enhver husstand«, *Liahona*, nov. 2009, 55-58. Overvej at læse de fem afsnit, der begynder med »Hvor jeg dog beundrer mænd, kvinder og børn . . .«

Yderligere hjælpemidler

- 2 Thess 3:10-11; 2 Ne 5:17; Mosi 2:12-18; L&P 42:42; L&P 58:26-28.
- H. David Burton, »Arbejdets velsignelse«, *Liahona*, dec. 2009, s. 36-40.
- Hjemmeside: [Happiness in Family Life: Work](http://Happiness in Family Life: Work, lds.org/family/work), lds.org/family/work.
- Hjemmeside: [Self-Reliance](http://Self-Reliance, lds.org/topic/self-reliance), lds.org/topic/self-reliance.

Medier

- Musik: »Kom nu alle og vær med«, *Salmer og sange*, nr. 166.
- Billede: *Six Days Shalt Thou Labor, Ensign*, dec. 2009, s. 38.
- Video: Robert D. Hales, »[Becoming Provident Providers](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Kundskab – opgave 5.

LEKTION 46

Formålet med og værdien af uddannelse

Spørgsmål til samtale

- Hvorfor er det vigtigt at få en uddannelse?
- Hvordan kan en god uddannelse hjælpe os i fremtiden? Hvordan kan det bedre forberede os til at blive hustru og mor at få en uddannelse?
- Hvordan er uddannelse og indlæring en livslang proces?
- Hvordan kan åndelig kundskab støtte andre aspekter af vores uddannelse?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Tre vejledende mål til dig«, *Liahona* nov. 2007, s. 118-121. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »Foruden vores studium . . .« i det afsnit, der hedder »En uddannelse kan være en fordel hele livet«.
- Dieter F. Uchtdorf, »To principper, der gælder enhver husstand«, *Liahona*, nov. 2009, s. 55-58. Overvej at bruge de tre afsnit, der begynder med »For medlemmer af Kirken . . .« i det afsnit, der hedder »Vi er blevet rådet til at få en uddannelse«.
- Gordon B. Hinckley, »Lad dyd uophørligt pryde dine tanker«, *Liahona*, maj 2007, s. 115-117. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Ud over det kirkelige studium . . .« i det afsnit, der hedder »En uddannelse kan være en fordel hele livet«.

Yderligere hjælpemidler

- 2 Ne 9:28-29; Alma 37:35.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Uddannelse«, s. 9, eller [online på youth.lds.org](http://online.på.youth.lds.org).
- *Tro mod sandheden*, 2005, »Uddannelse«, s. 162-164.
- Questions and Answers: [Education](http://Education, youth.lds.org), youth.lds.org.
- Mormonad: Education, Seminary.

Medier

- Musik: »Når jeg dine skrifter søger«, *Salmer og sange*, nr. 183.
- Video: »[Surfing or Seminary](#)«, lds.org/youth/video.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Personlig værdi – opgave 2; Værdinorm Kundskab – opgave 1; Værdinorm Kundskab – projekt, punkt 2.

LEKTION 47

Opmuntring til udvikling af talenter

Til underviseren: Vær opmærksom på, at Vincent Van Goghs liv ikke var eksemplarisk. Hvis en ung pige nævner dette, så forklar, at drøftelsen er baseret på udviklingen af hans talenter og den støtte, han fik, og ikke hans liv som sådan.

Spørgsmål til samtale

- Hvordan kan vi opdage og udvikle gaver og talenter, som vi har fået?
- Hvordan kan vi opmuntre udviklingen af talenter, som vi ser i vores familie og venner?
- Hvordan kan vi styrke vores evne til at være oprigtigt glade for andres gaver og talenter?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Tre vejledende mål til dig«, *Liahona*, nov. 2007, s. 118-121.
- Dieter F. Uchtdorf, »Det, der betyder mest«, *Liahona*, nov. 2010, s. 19-22.

Yderligere generalkonferencetaler

- James E. Faust, »Budskab til mine børnebørn«, *Liahona*, maj 2007, s. 54-56.

Yderligere hjælpemidler

- Matt 25:14-30; L&P 60:13.
- Ronald A. Rasband, »Well Done, Thou Good and Faithful Servant«, lds.org, feb. 2011.
- *Tro mod sandheden*, 2005, »Åndelige gaver«, s. 184-186.
- *Lære og Pagter og Kirkens historie, Seniorklassens lærerhæfte*, 2000, lektion 15: »Stræb da alvorligt efter de bedste gaver«, s. 81-86.
- *Evangeliske principper*, 2010, kap. 22: »Åndens gaver«.
- *Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, »Handlefrihed og ansvarlighed«, s. 4-5, eller [online på youth.lds.org](http://youth.lds.org).
- Mormonad: »Make Yourself Useful«.

Medier

- Video: Dieter F. Uchtdorf, »Create«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: »Message from Sister Elaine S. Dalton«, lds.org/youth/video.
- Video: »A Work in Progress«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Guddommelighed – opgave 6; Værdinorm Kundskab – opgave 2.

LEKTION 48

Kortsigtede mål anvendt som trædesten

Spørgsmål til samtale

- Hvad føler I, når I når et mål? Hvordan styrker det selvtilliden at nå et mål?
- Hvordan kan programmet Personlig fremgang hjælpe jer med at sætte og nå mål i jeres tilværelse?
- Hvad kan vi gøre for at nå de mål, vi sætter for os selv?
- Hvordan kan bøn og Ånden hjælpe os med at sætte og nå mål?
- Hvorfor bør det være en livslang proces at sætte og nå mål?
- Hvordan kan vi hjælpe og opmuntre andre til at nå deres mål?

Profeternes ord

- Dieter F. Uchtdorf, »To principper, der gælder for enhver husstand«, *Liahona*, nov. 2009, s. 55-58. Overvej at læse det afsnit, der begynder med »Hvor jeg dog beundrer mænd, kvinder og børn . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Målsætninger hjælper os til fremgang«.

Yderligere generalkonferencetaler

- Mary N. Cook, »Giv aldrig, aldrig, aldrig op!«, *Liahona*, maj 2010, s. 117-119. Overvej at bruge de fem afsnit, der begynder med »I august sidste år tog vi nogle af vore børnebørn . . .« i det afsnit af lektionen, der hedder »Målsætninger hjælper os til fremgang«.
- Joseph B. Wirthlin, »Livets lektier«, *Liahona*, maj 2007, s. 45-47. Overvej at bruge de to afsnit, der begynder med »Jeg har kendt mange store mænd og kvinder . . .« som afslutning på lektionen.

Yderligere hjælpemidler

- Ordsp 29:18; Luk 15:28-29; 2 Ne 10:23; Mosi 4:27; L&P 58:26-28.
- »Hvordan man holder sine nytårsforsætter«, *Stjernen*, dec. 1990, s. 45.
- Mormonad: [Goals](#).

Medier

- Musik: »Benyt de lyse dage«, *Salmer og sange*, nr. 142.
- Video: »[Look Not Behind Thee](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages.
- Video: »[The Miracle of Personal Progress](#)«, lds.org/media-library, Mormon Messages for Youth.

Acceptér og handl

- Overvej at bede de unge piger om at medbringe deres hæfte Personlig fremgang til hverdagsaktiviteten og fortælle de andre unge piger og ledere, hvad de gør for at nå deres mål. Overvej, hvordan de unge piger kan vejlede hinanden i at nå deres mål.

LEKTION 49

Delegering af ansvar til andre

Spørgsmål til samtale

- Hvilke lederevner hjælper os til at »videreføre ansvaret med at opbygge Guds rige«? (*Til styrke for de unge*, hæfte, 2002, s. 3).
- Hvordan kan uddelegering af opgaver hjælpe os til bedre at udføre vore ansvarsområder?

- Hvilke kvaliteter skal man have for at være god til at uddelegere?
- Hvad kan vi gøre, når andre ikke gennemfører de opgaver, de har fået uddelegeret?

Profeternes ord

- Thomas S. Monson, »Find glæden på rejsen«, *Liahona*, nov. 2008, s. 84-88.
- Henry B. Eyring, »Lev op til din kaldelse«, *Liahona*, nov. 2002, s. 75-78.
- M. Russell Ballard, »O, vær vise«, *Liahona*, nov. 2006, s. 17-20.

Yderligere generalkonferencetaler

- Daniel K. Judd, »Næret af Guds gode ord«, *Liahona*, nov. 2007, s. 93-95. Overvej at bruge ældste Judds historie om indsamlingen af heste som et eksempel på kvaliteter på godt lederskab.

Yderligere hjælpemidler

- 2 Mos 18:13-26; Est 3-4; 1 Ne 3:4-7; Jak 1:1-4, 8; Mosi 4:27.
- Mormonad: »Pull Together«.
- *Håndbog 2: Forvaltning af Kirken*, 3.3.4, »Overdrage ansvar og sikre ansvarlighed«, 2010, s. 13.

Medier

- Musik: »Undervise ret ved ånden«, *Salmer og sange*, nr. 177.

Acceptér og handl

- Personlig fremgang: Værdinorm Kundskab – projekt, punkt 4; Værdinorm Retskaffenhed – projekt, punkt 1, 3.

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

© 2011 Intellectual Reserve, Inc.
Alle rettigheder forbeholdes

Engelsk original godkendt: 5/11
Godkendt til oversættelse: 5/11
Oversættelse af *Young Women Resource Guide 2012—Manual 1*
Danish PD50025548 110