

Indhold



	<i>Side</i>
<i>Indledning</i>	<i>5</i>
<i>Modul 1: En stor beslutning</i>	<i>6</i>
<i>Modul 2: Kaldet til ægteskab</i>	<i>10</i>
<i>Modul 3: Ægteskab på tværs af tro og kulturer</i>	<i>16</i>
<i>Modul 4: Kaldet til kærlighed</i>	<i>22</i>
<i>Modul 5: Frugtbarhedens gave</i>	<i>28</i>
<i>Modul 6: I gode som onde dage</i>	<i>34</i>
<i>Modul 7: Familie og huskirke</i>	<i>42</i>
<i>Modul 8: Brylluppet</i>	<i>46</i>
<i>Appendix</i>	<i>48</i>

VI VIL GIFTES KATOLSK – parrets hæfte
4. reviderede udgave

Udgivet af Pastoral-Centret / Ansgarstiftelsens Forlag, © 2025.

Den katolske Kirke i Danmark,

Gl. Kongevej 15, 1610 København V, www.pastoral.dk

Layout: Clara Riis Ottosen-Støtt

Tryk: Stenby Tryk A/S

Copyright billeder: Forside: www.istockphoto.com, side 21: Lucas Cranach, side
46: Kim Kjærgaard Sørensen, alle andre www.colourbox.dk

Imprimatur: + Czeslaw Kozon

4. udgave, 1. oplag 2025

Til dette materiale hører også et hæfte til underviseren.

Materialet er udviklet med økonomisk støtte fra Bonifatius Werk (Tyskland),
Oblatfædrene i Danmark og Ansgarwerk Osnabrück-Hamburg. Vi er taknemlige
for støtten.



Hilfswerk für den Glauben

**bonifatius
werk**

Kære kommende brudepar.

Tillykke! I har besluttet at dele livet med hinanden og være hinandens følgesvend. Det er dejligt, at I har fundet sammen og vil bekræfte det over for hinanden, Gud og Kirken. Som ægtefæller tager I på en fælles rejse. Vi vil ruste jer til denne rejse, hvor I drager på langfart. Derfor sidder I med dette hæfte. Ægteskabskurset består af otte moduler af forskellig længde. Se modulerne som den bagage, der skal med på rejsen: landkort, tøj, madpakke og sikkerhedsudstyr. Sådan sikrer I, at I er rustet til alle udfordringer på jeres ekspedition.

Mennesker med forskellig baggrund står bag udarbejdelsen af dette materiale. Nogle af os er gået igennem smertefulde skilsmisser og ønsker ikke, at andre skal gennemgå det samme. Andre lever i et lykkeligt ægteskab og ønsker at hjælpe jer til den samme glæde. Andre af os er præster, som har forberedt par til at blive gift og forsøgt at hjælpe ægtefolk i kriser. Det er folk med erfaringer på området, som har udarbejdet dette materiale.

Nu begiver vi os sammen på en vandring for at forstå, hvad ægteskabet går ud på. Vi skal se på de redskaber, der kan hjælpe jer, når I støder på udfordringer eller kommer i knibe.

Hæftet er et supplement til undervisningen. Her finder I forklaringer på nogle af de ting, I hører om i undervisningen. Der er også øvelser, som I vil blive bedt om at lave. Nogle øvelser laver I derhjemme; men af og til deler I også jeres erfaringer med underviserne og andre par. Det er ikke nok bare at læse kapitlerne derhjemme. Størstedelen af undervisningen foregår på den kursusdag I skal på med de andre par.

Efter at I har gennemgået alle moduler med bispedømmets udpegede undervisere, kan I blive viet i Den katolske Kirke. Sammen har vi ansvar for hele undervisningsprogrammet. Gå derfor hurtigst muligt ind på hjemmesiden www.vivilgiftes.katolsk.dk og tilmeld jer en kursusdag. Der venter jer en god forberedelse til jeres rejse.

God rejse!



Modul 1:
En stor beslutning

Modul 1: En stor beslutning

Hvad skal denne tekst bruges til?

Her gennemgås de nødvendige kriterier for at kunne blive viet katolsk. Øvelserne skal hjælpe jer til at se, hvor godt I kender jer selv og hinanden. Gennemgå dem inden næste møde. Følg jævnlige op på det sidste afsnit om de praktiske detaljer, så alle de nødvendige papirer er klar i god tid før brylluppet.

At indgå ægteskab kræver modenhed. For at blive viet i Den katolske Kirke skal I dele Kirkens syn på ægteskabet. Med denne ægteskabsforberedelse vil vi hjælpe jer til at se, om I har de nødvendige forudsætninger for at blive viet. I får indsigt og redskaber, der kan hjælpe jer til at forblive tro mod de ægteskabsløfter, I giver hinanden under brylluppet.

Forudsætninger for at indgå ægteskabet

De fleste mennesker ønsker at leve i et parforhold. Mange bliver gift og stifter familie. Alligevel går det galt for en hel del. I år 2023 var der i Danmark 31.582 vielser, men også 12.862 skilsmisser. Ægteskabet rummer udfordringer, som kan være svære at leve med, men det kan også være til stor velsignelse for både parret, deres familier og samfundet. Dette kursus vil hjælpe jer, så I kan vurdere, om I er parate til at påtage jer ansvaret for at blive gift.

Ved det første møde har I talt med præsten om de forskellige kriterier, der skal til, for at vielsen kan være gyldig i Kirkens øjne. Her er de vigtigste af dem:

- Frihed: Man kan kun blive gift, fordi man selv vil - ikke fordi familien eller andre omstændigheder skubber én i den retning. En del af friheden til at blive gift katolsk er også, at man er moden til at indgå ægteskabet. Sjældent mangler der frihed ved indgåelse af et ægteskab i Danmark. Et arrangeret ægteskab, hvor den ene eller begge parter er tvunget til at gifte sig, er usædvanligt. Det sker oftere at den ene part føler sig presset ind i et ægteskab, evt. pga. en uønsket graviditet, eller den anden part vil giftes for at få et bevis på den førstes kærlighed.
- Enhed: Enhed består i at give sig selv hen for den anden og ikke have andre partnere. Ved at binde sig til hinanden udelukker man at have andre partnere. Man forpligter sig til at leve monogamt.
- Uopløselighed: Ægteskabet kan ikke opløses,

hvilket udelukker skilsmisse.

- Åbenhed for at få børn: Børn er en naturlig frugt af ægteskabet, men ikke dets eneste formål. Hvis parret eller en af parterne helt udelukker at få børn, vil ægteskabet ikke være gyldigt.
- Mulighed for at udøve sin katolske tro: En katolik kan kun blive gift med en ikke-katolik, hvis katolikken får lov til at udøve sin tro. Den ikke-katolske part skal ikke konvertere, men give udtryk for, at han/hun ikke vil forhindre, at katolikken f.eks. går i kirke om søndagen. Den katolske part skal desuden gøre alt for at eventuelle børn bliver opdraget katolsk.

I kirken vil man under vielsen spørge jer om tre ting, som omhandler de ovenstående elementer. Naturligvis sikrer præsten sig ikke først på bryllupsdagen, om I nu også ser på ægteskabet på denne måde. Det er bl.a. derfor, I går på dette kursus.

Modenhed

Et godt parforhold kræver både, at den enkelte kender sig selv, og at parret ligeledes kender hinandens holdninger og ønsker for livet. Brug tid på at tale med hinanden om jer selv og jeres fortid. Diskutér også jeres holdninger til forskellige emner. En vigtig forberedelse til jeres liv sammen er at I kender hinanden så godt som muligt. Nogle af spørgsmålene har I formentlig allerede talt om, men øvelserne vil hjælpe jer til at tale om vigtige emner som I ikke før har berørt. Gennem samtalerne kommer I til at kende hinanden bedre, og I kan senere undgå at blive overraskede over sider af hinanden, I ikke har fået vendt med hinanden. Øvelserne på næste side kan hjælpe jer med dette.

Præstens tilspørgelser:

N. og N., er det jeres faste og fri vilje at tage hinanden til ægte?

Vil I elske og ære hinanden og leve som mand og hustru, indtil døden jer skiller?

Er I rede til i kærlighed at modtage børn fra Gud, og til at opdrage dem sådan, som Kristus og hans Kirke har lært os det?

Øvelse 1

Hvor godt kender I hinanden? Besvar hver især de følgende spørgsmål, og del bagefter resultaterne med hinanden.

- Den største glæde i hans/hendes liv var:
- Den største skuffelse i hans/hendes liv var:
- Min partner har fortalt åbent om sit/sine tidligere forhold til andre partnere:
- Min partners forhold til tidligere partnere har bragt noget positivt med sig:
- Hans/hendes forhold til sine forældre er:
- Han/hun kan godt lide følgende ting ved mig:
- Han/hun kan ikke lide følgende ting ved mig:
- Hans/hendes forhold til seksualitet i vort forhold er:
- Disse ting husker han/hun gerne fra sin barndom:
- Hvad lægger han/hun mærke til ved mine søskende/min familie:
- Hvilke religiøse spørgsmål beskæftiger ham/hende:

Øvelse 2

Hvor godt kender du dig selv? Ens baggrund har stor betydning for, hvordan et forhold vil fungere. Besvar de følgende spørgsmål hver for sig, og tal bagefter om jeres svar.

Forældre-barn forhold

- Hvilken betydning havde din egen fødsel for dine forældre?
- Hvordan blev du opdraget? (venligt, kærligt, koldt, strengt, undertrykkende etc.)
- Hvordan viste din mor/far dig, at hun/han holdt af dig?
- Hvordan viste du dine forældre, at du holdt af dem?
- Hvordan reagerede de, hvis du havde problemer?
- Blev du straffet? Hvis ja, hvordan?
- Blev du opmuntret? Hvis ja, hvordan?
- Har du gjort noget for, at dine forældre skulle holde af dig?
- Talte I meget sammen i familien?
- Var der ting, I aldrig talte om?
- Var der ting/forhold, du stod alene med?
- Hvordan var dit forhold til dine søskende?
- Blev I behandlet lige?
- Blev der sat grænser i dit liv?

- Hvordan reagerede dine forældre, når du var bange?
- Hvordan reagerede dine forældre, når du var trodsig?
- Hvordan reagerede dine forældre, når du udviste selvstændighed?

Forældrenes ægteskab

- Hvordan udtrykte dine forældre kærlighed til hinanden?
- Hvordan tacklede dine forældre indbyrdes problemer?
- Kunne dine forældre løse konflikter på en konstruktiv måde?
- Hvem dominerede i deres ægteskab?
- Hvordan så dine forældre på følgende: At ægteskabet er uopløseligt, at ægteskabet er monogamt, at ægteskabet er åbent for børn?

Forholdet til dine søskende

- Hvilken placering havde du i forhold til dine søskende?
- Hvilken betydning havde du for dine søskende?
- Var der konkurrence imellem jer?
- Hvordan er dit forhold til dine søskende i dag?

Praktiske detaljer

En vielse i Den katolske Kirke i Danmark har som udgangspunkt også borgerlig gyldighed. Men i virkeligheden er der tale om to handlinger: en borgerlig vielse og en kirkelig vielse. Hvis I allerede er borgerligt viet, vil I derfor kunne blive rent kirkeligt viet. Det er ofte også praksis ved vielser i udlandet. Skal I vies i udlandet, men bor i Danmark, kan det muligvis også være en fordel, at I bliver borgerligt viet i Danmark inden jeres kirkelige bryllup i udlandet. Under alle omstændigheder forudsætter en vielse en del papirarbejde. Her finder I en liste over de dokumenter og oplysninger, som I skal give til præsten, som forbereder jer. Det er vigtigt, at I begynder med det i meget god tid, da det kan tage lang tid at fremskaffe nogle af dokumenterne:

1. Dåbsattester (person- eller fødselsattest, hvis én af jer ikke er døbt). Disse må højst være 6 måneder gamle. I får dem ved at henvende jer til det sogn, I er døbt i (eller hos kommunen).
2. Firmelsesattest (kun for katolikker). Den udskrives fra det sogn, hvor I er firmet.
3. Prøvelsesattest eller ægteskabsattest. Hvis I begge er danske eller nordiske statsborgere, kan I på borger.dk få en prøvelsesattest. Er en af jer ikke nordisk statsborger, skal I henvende jer på Familieretshuset og ansøge om en ægteskabsattest. Bemærk at ekspeditionstiden i Familieretshuset kan være meget lang, så ansøg med det samme. Hvad enten det er en prøvelsesattest eller ægteskabsattest, så må de ikke være ældre end 4 måneder, når I bliver viet.
4. Navne og adresser på jeres to vidner.
5. Bopælsattester. På borger.dk skal I bestille en bopælsattest så langt tilbage som I kan. Husk at den også skal oplyse jeres civilstand.
6. Attest af navneændring. Hvis I ønsker en navneændring i forbindelse med jeres vielse, skal I ansøge om det via borger.dk.
7. Vielsesattest fra borgerlig vielse, hvis I allerede er borgerligt viet.
8. I tilfælde hvor én af jer har været viet tidligere, skal I medbringe en dødsattest på ægtefællen eller en erklæring fra den kirkelige domstol om, at det foregående ægteskab er erklæret ugyldigt.
9. Kursusbevis for deltagelse i ægteskabskurset. Kurset er obligatorisk, men kursusbeviset er mest nødvendigt, hvis I ikke bliver viet af den præst, som forbereder jer.
10. Anden dokumentation. Ved vielser i udlandet kan det være anden dokumentation er nødvendig. Husk at samtlige papirer skal afleveres samlet min. 2 måneder inden jeres vielse, da de skal sendes fra bispekontoret i Danmark til det lokale bispekontor i det land, hvor I skal vies. I skal derfor oplyse kirkens navn, sognets navn, adresse, by, det lokale bispedømme og land.

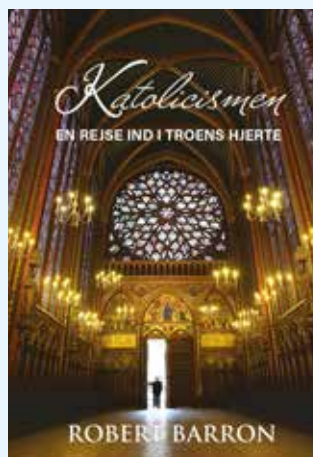
På vivilgifies.katolsk.dk finder I en FAQ, som kan hjælpe jer med svar på andre spørgsmål.

Lidt relevant litteratur om den katolske tro



Hvad tror katolikker på?

Katolsk tro forklaret i 20 letlæste kapitler. Skrevet for den, som møder troen for første gang såvel som de, der ønsker at uddybe en tro, de allerede har.



Katolicismen - en rejse ind i troens hjerte

Verdensberømte biskop Robert Barron fortæller livligt og medrivende om kernen i den katolske tro. En uundværlig bog for enhver, der ønsker at udforske troens dybder og samtidig trække på biskop Barrons visdom og erfaring.



*Modul 2:
Kaldet til ægteskab*

Modul 2: Kaldet til ægteskab

Hvad skal denne tekst bruges til?

Et kald er den gerning, Gud indbyder os til, for at vi kan blive lykkelige. Ægteskabet er et sakramente og et kald og kræver, at jeres kærlighed er på et dybere plan end forelskelsen. Når I kommer hjem efter undervisningen, har I måske brug for at tale mere om de øvelser, som I har drøftet i gruppen.

I Den katolske Kirke anser vi ægteskabet for et kald ligesom f.eks. præstekaldet. Samtidig er det også et af de syv sakramenter. På den ene side formidler ægteskabet Guds nåde, og på den anden side er det også et ansvar.

Brylluppet varer kun én dag, ægteskabet er for hele livet

Lige nu fylder brylluppet med dets forberedelser meget i jeres tanker. Måske har I allerede valgt en dato, kigget efter et selskabslokale og talt om, hvem I vil invitere til dagen. Brylluppet er en glædens dag, og det er godt, at I vil gøre det til en uforglemmelig dag. Senere vil netop denne oplevelse kunne bære og styrke jer og jeres kærlighed. Ud over de praktiske gøremål, tænker I sikkert også over jeres fælles fremtid, jeres værdier og hvordan I vil støtte og fremme hinanden.

Der er en masse egenskaber og værdier, som er vigtige at have med, hvis man vil have et godt samliv. I sit brev til menigheden i Kolossæ ridser Paulus nogle af dem op (se Tekst nr. 1 på side 48) og taler om at "iføre" sig dem, dvs. at "tage dem på". Læs teksten og overvej hver især, hvilke gode egenskaber I vil have på i ægteskabet.

Vi vil, ligesom Paulus, gerne klæde jer på til et forhåbentlig godt og langt ægteskab. Den bedste måde er at forstå, hvad ægteskabet indebærer.

Øvelse 1

Drøft disse spørgsmål parvis:

- 1) Hvorfor har I valgt at blive gift? Hvorfor lever I ikke bare sammen?
- 2) Hvorfor har I valgt at blive gift i en kirke og ikke på rådhuset?
- 3) Hvorfor vil I giftes i en katolsk Kirke?
- 4) Hvad er for jer de fem vigtigste ting ved ægteskabet? Hvad er jeres vision om ægteskabet?

Hvis I forbereder dette modul med andre par, så gå hver til sit og svar på tomandshånd.

Ægteskabet som kald og sakramente

Gud ønsker, at I er lykkelige, og kalder jer til et liv med hinanden. Gud vil noget helt særligt med jer og jeres kærlighed.

Når I siger ja til jeres kald, bliver jeres liv aldrig helt som før. På bryllupsdagen lover I hinanden troskab i gode som i onde dage. I er hinandens følgesvende hver eneste dag. Fremover vil I dele livet, når alting er godt, og I ligesom svæver på en sky. Men I vil også være ved hinandens side, når det hele er noget rod, og intet virker rigtigt. I vælger dette liv, fordi I tror på, at jeres kærlighed kan overvinde alt.

Et kald udfolder sig og vokser over tid. I vil blive udfordret i jeres kald, opleve glæde, lykke, træthed og nederlag. Men jeres kald vil også bære frugt og blive til megen glæde.

Der er forskellige kald i Kirken; men ét har de alle til fælles: Vi er kaldet til hellighed og til kærlighed til Gud og til medmennesker.



At være kaldet til hellighed betyder at leve et liv i fuldstændighed, dvs. i harmoni med Gud, verden og én selv. Som

ægtefæller gør I det, når I elsker hinanden og drager omsorg for jeres nærmeste; den familie, som I har stiftet. Allerede på de første sider af Bibelen, i de to skabelsesberetninger fra 1. Mosebogs kapitel 1 og 2 (se Tekst 2 og 3 på side 48) siger Gud til mennesket "Bliv frugtbare og mangfoldige", og han beskriver ægteskabet som at parret "bliver ét kød". Når I har lyst til at gifte jer, er det altså udtryk for, at I følger et ønske, som Gud har lagt i mennesket fra verdens begyndelse. På den baggrund kan I leve jeres ægteskab som et kald fra Gud.

Et bryllup i Den katolske Kirke er en hellig handling, også kaldet et sakramente. Den katolske Kirke har syv sakramenter. Vi modtager dem ved livets store begivenheder som fødsel (dåben), sygdom (de syge salvelse) og ægteskab (ægtevielsen); men også i den almindelige dagligdag. Når vi fejrer messen (eukaristien) og modtager tilgivelsen (i forsoningens sakramente) erfarer vi Guds nærvær og styrke i vores hverdag. Også ægteskabet som sakramente er ment som en styrke i dagligdagen. Det skal minde jer om, at Gud har velsignet det forhold, I har indgået, og at han inviterer jer til at elske hinanden, sådan som han elsker os. Sådan vil I kunne opleve og videregive Guds kærlighed gennem at elske hinanden, og jeres indbyrdes kærlighed bliver et synligt tegn på Guds kærlighed til jer.

Kærligheden er mere end følelser

Ægteskabet er ikke for alle, og det er ikke noget man skal indgå, bare fordi alle i ens omgangskreds bliver gift. Men hvordan kan du så vide, om Gud kalder dig til ægteskab? Det er selvfølgelig svært at svare på, for Gud sender ikke sms'er!

Spørg derfor dig selv: Hvordan kan jeg opfylde mit kald til hellighed? Hvordan giver jeg bedst kærligheden videre til andre? Ønsker jeg at være sammen med min kæreste hele livet? Ønsker vi det bedste for hinanden uden at "eje" hinanden? Hvis du vil gifte dig med din kæreste, fordi du ønsker at gøre ham/hende lykkelig, og ikke kun

fordi din kæreste skal gøre dig lykkelig, så er du godt på vej til at følge Guds kald for dig.

Ægteskabet er selvfølgelig ikke én lang forelskelse. Når I gifter jer, vælger I at give jer selv til den anden hele livet. Det handler ikke udelukkende om de varme følelser, I har. Disse følelser ændrer sig med tiden; men når I gifter jer, vælger I at sige "ja" til hinanden hver eneste dag i medgang og modgang. Især når I får børn, støder I ofte på udfordringer, som slider på parforholdet. I ægteskabet føles kærligheden ikke altid; men den vil være synlig gennem jeres handlinger. Det er f.eks. kærlighed, når én af jer står op og skifter et grædende spædbarn om natten og lader ægtefællen sove. Det er kærlighed, når I fortæller jeres partner, at I er bekymret for hans/hendes helbred under hans/hendes arbejdspress. Det er kærlighed, at I tilgiver, når den anden har såret jer. Alt dette kræver en vilje til at elske. Det er meget mere, end at man føler sig elsket. Kærlighed er også en beslutning.

Vær ikke nervøs, hvis kaldet til ægteskabet udfordrer dig. Meget lærer man først hen ad vejen. Men visse ting skal man have gjort sig klart, inden man bliver gift.

Når I under vielsen lover hinanden troskab, binder Gud jer sammen, så længe I begge lever. Fordi det er Gud som i ægteskabets sakramente binder jer sammen, kan ægteskabet ikke opløses, så længe det er gyldigt indgået.

Selvom I har lovet og ønsker at være tro mod hinanden hele livet, så kan der desværre opstå situationer, som umuliggør at I fortsat lever sammen. Men fordi I er bundet sammen af Gud, som fortsat tror på jer, så vil I stadig være ægtefolk.

Sådan lyder præstens indledende hilsen til brudeparret under vielsen:

Kære N. og N., I er kommet her i dag for over for Gud og mennesker at bekræfte den kærlighed, der knytter jer sammen, og for at bede Gud lægge sin velsignelse deri. I dåben blev I Guds børn og Kristi medarvinger, og for alle, der er døbt i Kristi navn, er ægteskabet et sakramente, der hjælper til at styrke kærligheden, så I kan bevare troskaben og bære ægteskabets byrder. Gud give jer at virkeliggøre dette sakramente i jeres liv.

Øvelse 2

Hvilke situationer vil gøre det umuligt for jer at leve sammen? Drøft følgende punkter sammen.

- 1) Hvis I er "vokset fra hinanden"?
- 2) Hvis I opdager, at den anden ikke er, som I forestillede jer?
- 3) Hvis den anden har været utro?
- 4) Hvis der er vold i ægteskabet?
- 5) Hvis ...?

Indstiftet af Gud

Ved et bryllup siger I "ja" til at indgå et livsvarigt kærlighedsforhold til hinanden. I lover at være tro og at elske og ære hinanden indtil døden. Men hvorfor lever I ikke bare sammen? Hvad er det, der gør ægteskabet til noget specielt? Hvad er kærligheden? Hvorfor siger man "Ja!"? Hvordan og hvorfor kommer Gud overhovedet ind i billedet?

Allerede i de første kapitler af 1. Mosebog velsigner Gud kærligheden mellem mand og kvinde. Derfor siger vi, at ægteskabet er indstiftet af Gud selv. Det er en del af Guds plan for menneskeheden. Gud er med i virkeliggørelsen af denne plan. Gud er kærlighed. Enhver af os er kaldet til at tage del i denne kærlighed.

Ægteskabet er til dels et jordisk billede på den kærlighed, Gud har til mennesket. Samtidig peger det frem mod den ubetingede kærlighed, vi vil opleve i mødet med Gud i det evige liv.

Ægteskabet er et sakramente, og derfor er I ikke alene om det. Gud er med jer og hjælper jer til at få ægteskabet til at lykkes. Ingen kan gøre det alene, for vi har alle brug for Guds bistand og nåde (hvilket klart fremgår af ritualet for ægtevielsen, særligt i en af de afsluttende velsignelser).

Vi er mennesker og plaget af egoisme. Der kommer let problemer i vores forhold. Men ægteskabets sakramente hjælper os til at overvinde vores selvoptagethed, egoisme, jagt efter vores egen lyst. Og den styrker os til at åbne os for den anden, for den gensidige hjælp, for at give sig selv (KKK 1609)¹.

At elske og ære hinanden

Et af de spørgsmål, I skal svare på under vielsen, er: Er I villige til at elske og ære hinanden? Det at ære hinanden kommer ofte i skyggen af det at elske hinanden. Men det er en lige så vigtig del af ægteskabsløfterne. Faktisk er det livsnødvendigt for at bygge et godt ægteskab. Hvordan ærer du din ægtefælle? Ved at agte personen, at sætte ham eller hende højt, at respektere ham/hende, at vise ægtefællen, at du er opmærksom på hans/hendes behov, at lade ægtefællen føle sig værdsat, beundret og respekteret som person. Du kan udtrykke agtelse for et andet menneske gennem ord, handlinger og symboler.

Kærligheden er altid en udadventt handling, som peger fra dig mod den anden. Den handler om at give dig selv som gave til den anden, leve for den anden, sætte den andens behov først. At elske er at tjene hinanden. Kærligheden er en viljeshandling – et bevidst ønske om at ville være god mod den anden. Giv hinanden ros og andre gode positive ord. Fysisk berøring er en udtømmelig krukke, I kan øse fra i jeres forhold. Alt dette tilfredsstiller vor længsel efter at blive elsket og vort behov for tryghed.

¹ KKK står for Den Katolske Kirkes Katekismus. Nummeret referer til artikelnummeret.



Kirken vil jer det bedste

Har det, at ægteskabet er et kald fra Gud, givet jer noget at tænke over? Tag alle jeres tanker i dette undervisningsforløb alvorligt. Enten bliver I styrket i jeres valg, eller I spørger jer selv, hvorvidt I i det hele taget bør blive gift. Tag denne tvivl alvorligt. Formålet med denne forberedelse er at finde ud af, om I overhovedet er klar til at blive gift. Der er ingen skam i at aflyse et bryllup. Faktisk er det bedre end at skulle leve i et ulykkeligt ægteskab, der er blevet indgået i hast.

Forhåbentlig rejser ægteskabsforberedelsen en masse spørgsmål i jer, og det er en god idé at få snakket dem igennem sammen. Her nedenfor følger endnu en opgave.

Bøn for ægteskabet

Alle har brug for Guds hjælp og styrke, også folk som indgår ægteskab.

Bring Gud med ind i jeres ægteskab: Bed for hinanden og jeres ægteskab hver dag. Det er godt at bede hver for sig, men også en særlig styrke at bede sammen. Prøv at bede bønnerne her til højre sammen. Den kan blive en del af jeres forberedelse til brylluppet.

Øvelse 3

Sid alene og tænk over, hvad du bringer med dig ind i ægteskabet. Lav en liste over dine stærke og dine svage sider i forhold til ægteskabet. Hvad bringer du med af positivt og negativt?

Sæt dig sammen med din tilkomne og udveksl jeres stærke og svage sider.

Du bør reflektere over dig selv, sætte ord på det og kunne sige det til din tilkomne. Måske ser han/hun helt anderledes på dig. Det kan føre til en frugtbar dialog, der kan udvikle jeres forhold.

Bøn for ægteskabet:

Vi takker dig Gud, for den kærlighed, du har sået i vore hjerter. Må den altid inspirere os til at være venlige, forstående og omsorgsfulde over for hinanden i ord og gerninger. Hjælp os til at tilgive hinandens svagheder og fejl. Forøg vores tro og tillid til dig og hinanden. Må din omsorg lede vores liv og kærlighed. Velsign vort ægteskab med fred og glæde, og gør vor kærlighed til redskab for din ære og vor glæde, nu og i evigheden. Amen.



*Modul 3:
Ægteskab på tværs
af tro og kulturer*

Modul 3: Ægteskab på tværs af tro og kulturer - Om at finde et fælles værdigrundlag

Hvad skal denne tekst bruges til?

Her fremlægges forskellige udfordringer og muligheder, som kan vise sig i ægteskabet, når man har forskellig baggrund på tros- og kulturområdet. Selv par med samme religiøse og kulturelle baggrund vil opleve, at man har forskellige værdier og traditioner med ind i forholdet. De mange øvelser skal hjælpe med at blive klar over forskellene og afstemme forventningerne. Ikke alle øvelserne kan nås i løbet af undervisningen, forsøg derfor at lave resten i den kommende tid.

Langt de fleste ægteskaber, som indgås i Den katolske Kirke i Danmark, er mellem en katolik og en ikke-katolik. I mange af disse tilfælde har den katolske part rødder i en anden kultur end den danske. Dette modul vil sætte fokus på de udfordringer og de betingelser, der kan være, når man gifter sig på tværs af tro og kultur, og det kan hjælpe til at finde et fælles værdigrundlag – også for de af jer, som har samme baggrund.

Ægteskab og partnerskab

I har sikkert overvejet og måske også diskuteret med hinanden, hvorfor I egentlig ønsker at blive gift. Bortset fra at I elsker hinanden, så er ægteskabet også et partnerskab i et fælles projekt, der kommer til at være resten af jeres liv. Det fælles projekt indeholder en række praktiske elementer: Uddannelse, job, bolig, børn, venner og i det hele taget et indholdsrigt liv, hvor I hjælper hinanden til at nå målene sammen.

Dette familieprojekt er den vigtigste opgave, I vil møde. Den, hvor jeres ressourcer bliver mest udfordret, men også den, hvor jeres liv kan opnå den største succes. Uanset om I kommer med forskellig social, kulturel eller religiøs baggrund eller ej, er det vigtigt, at jeres opfattelse af det partnerskab, I indgår, er nogenlunde den samme. Det drejer sig især om jeres villighed til at give jer selv helt og fuldt uden forbehold eller reservation. På den måde er et ægteskab ikke en kontrakt, som man kan opløse, hvis alle ens krav ikke bliver opfyldt. Det er et projekt, som aldrig bør/kan opgives, og hvor I har Gud som "silent partner".

Øvelse 1

Svar hver for sig på spørgsmålene, og tal bagefter sammen om hvad I har svaret:

1. Hvad er din definition af et succesfuldt liv?
2. Hvordan vægter du karrieren i forhold til at få børn? Er det f.eks. din prioritering at udskyde det at få børn til uddannelsen er færdig, eller til den helt rigtige indtjening er nået?
3. Dine, mine og vores venner. Hvor meget tid skal de have i vores ægteskab?
4. Hvor meget må skærmtid fylde i vores forhold f.eks. spil, sociale medier, streaming osv.?



At tale om tro

I Danmark er spørgsmålet om tro og religiøs tilhørsforhold ofte betragtet som noget meget privat, som man ikke taler højt om eller diskuterer med andre. Derfor kan man som part i et katolsk/ikke-katolsk forhold måske blive forbavset over, hvor meget troen egentlig betyder for den katolske part. Meget ofte er den ikke-katolske part dog åben og interesseret i at høre mere om den andens tro. Det, at man vælger at forberede sig til at blive gift i Den katolske Kirke, er i sig selv et bevis på den ikke-katolske parts interesse for sin kommende ægtefælles tro. Selvfølgelig kan det også være, at den katolske part ikke er så forankret i troslivet som den ikke-katolske part. Selvom tro kan være et følsomt emne for mange, så kan det mellem ægtefolk ikke være en privat sag, hvor min ægtefælle ikke er velkommen. Hvis troen fylder meget i den ene parts liv, må man finde ud af, om dette element også kan komme til at blive en del af ens eget liv, og hvis det ikke er tilfældet, så få talt om, hvor man står med hensyn til sin egen og den andens tro. Hvis man kommer fra forskellige trossamfund, kan der være væsentlige elementer i ens tro, som det viser sig, at man alligevel kan have til fælles, f.eks. at bede sammen.

Øvelse 2

Svar hver for sig på spørgsmålene, og tal bagefter sammen om hvad I har svaret:

1. Hvilken religiøs praksis kan I umiddelbart mødes om (f.eks. kirkegang, bord- eller aftenbøn)?
2. Er der noget, du godt kan lide ved din partners tro? Er der noget, du ikke kan forstå ved den?
3. Har du et stiltiende håb om, at din partner konverterer til din religion en dag?
4. Hvordan har du det med, at I evt. ikke deler samme tro?
5. 5. Hvad i din kærestes tro kan berige dit liv?
6. 6. Hvor meget synes du, trospraksis skal fylde i jeres liv?

Kultursammenstød?

Hvis I stammer fra to forskellige kulturer, har I sikkert fundet ud af, at mødet mellem jeres kulturer giver jer mulighed for en gensidig berigelse og udvidelse af hinandens horisonter og tolerance. Et "blandet par" har en unik mulighed for at tage de bedste værdier og traditioner til sig fra to forskellige kulturer og gøre dem til en del af jeres nye families værdigrundlag. Ved mødet med en anden kultur kan man lære at værdsætte ting, man tager for givet, fordi man opdager, at de ikke er en selvfølge andre steder i verden. F.eks. at begge parter deler de huslige opgaver og engagerer sig i børnene. Men er man åben, kan man også opdage, at fremmede kulturer har nogle værdier, vi kunne få glæde af at prioritere højere. F.eks. ser man et stærkere familiesammenhold i de fleste andre kulturer end den danske, og det er noget mange danskere kommer til at værdsætte ved deres fremmede ægtefælles familie.

Øvelse 3

Svar hver for sig på spørgsmålene, og tal bagefter sammen om, hvad I har svaret:

1. Hvilken plads skal min ægtefælles familie have i vores ægteskab?
2. Skal man fejre helligdage og højtider fra begge parter kulturer, og hvordan vælger man, hvilke man vil fejre?

Kommer I fra to forskellige kulturer, har I sikkert også fundet ud af, at det kan gøre kommunikationen imellem jer vanskeligere, alene fordi I måske ikke har det samme modersmål. I et flerkulturelt ægteskab er det vigtigt at sætte sig ind i hinandens skikke og traditioner. Hvis man ønsker en god kommunikation med sin fremtidige ægtefælle, må man også forholde sig til og prøve at sætte sig ind i kulturen i det land, hvor vedkommende kommer fra. Viden om den andens kulturelle særpræg kan hjælpe til at undgå misforståelser og konflikter.

At forstå hinanden

God kommunikation og gensidig forståelse er en af grundstenene i et ægteskab. Det kan nogle



gange være endnu sværere, når der er tale om et "blandet" ægteskab, altså et ægteskab hvor I ikke deler samme tro. Selvom man gør sig umage for at forstå hinanden, vil der altid være sider af den anden, man ikke har forudsætningerne for at forstå fuldt ud. Her må man i dialog med sin partner vurdere, om de holdninger er så fundamentale for én, at man ikke kan acceptere, at der ikke er enighed om dem, eller man kan forsøge at bygge bro mellem de to sider. Hertil kommer også det forhold, at man jo også ændrer sig over tid, og at der kan være meninger, man altid har haft, som så viser sig i sidste ende ikke at betyde så meget, som man troede de ville, eller der kan pludselig dukke emner op, som man ellers troede, man var afklaret med, men som pludselig ses i et andet lys.

På den anden side, hvis man regner med at kunne forstå hinanden på alle punkter, vil man ende med at blive skuffet. Men diskussionerne om, hvilke punkter man har til fælles, og hvilke man ser meget forskelligt på, er under alle omstændigheder vigtige at tage.

Hvis der til tider dukker emner op, hvor forskellen kan virke uoverskuelig, kan det også være en god idé at tage en snak med andre om det – det kan både være venner, familie eller præsten. At få sagt tingene højt over for andre, kan tit bidrage til, at man ser problemstillingen i et lidt klarere lys,

og der er måske en hjælpende hånd, der kan løfte én over den kløft, man syntes fandtes.

Plads til begge

Den katolske Kirke ser det som en vigtig opgave at hjælpe sine medlemmer til at kunne leve deres tro frit. Et katolsk ægteskab er kun muligt, hvis Kirken kan få vished om, at den katolske part ikke bliver forhindret i udøvelsen af sin tro. Omvendt accepterer og respekterer Kirken den anden parts ret til at have en anden tro, og den kræver derfor ikke, at nogen skal konvertere til katolicismen for at blive gift med en katolik.

Vælger man at blive gift i Den katolske Kirke, kan den ikke-katolske part måske til tider føle, at der ikke levnes så meget plads til ham/hende, og det, som han/hun står for. Man kan være bange for at miste noget – noget, der måske ikke altid kan sættes ord på, men som alligevel giver én følelsen af at være i mindretal.

Her er det vigtigt at se, hvordan man kan finde sig til rette som ikke-katolik i relation til Den katolske Kirke. Er der noget, man kan identificere sig med? Er der noget, der virker velkendt? Kan man gå på opdagelse og finde noget, der tiltaler én og det forhold, som man selv har haft til tro uden for Den katolske Kirke?

Som ikke-katolsk part kommer man måske fra

en tro, hvor man har følt, man har været mere frit stillet overfor Kirken som institution eller ikke på den måde har været bevidst om de dogmer, der har været fundamentet der. I mødet med Den katolske Kirke, kan det derfor virke, som om man støder ind i en række regler, der har stor betydning for ens partner og den måde, man skal leve sammen i ægteskabet.

Men det er også jeres opgave som par at finde ud af, hvordan I vil forvalte de regler i jeres forhold. Finde jeres unikke løsning, som kan give ligelig plads til begge parter og forholdet til troen.

Øvelse 4

Deltag i hinandens gudstjeneste/religiøse ceremoni. Tal om hvilke ligheder og forskelle, der er. Er der noget af liturgien, der har større betydning for én, end andre dele? Er det salmerne, teksterne eller stemningen, der taler til én?

1. Hvem vil I spørge om hjælp, hvis I får problemer i jeres ægteskab – kunne præsten eller underviserne spille en rolle her?
2. Synes du, du skal dele alt omkring din tro med din ægtefælle?
3. Ville du ønske, at I delte samme tro?

Hvad betyder troen for mig?

Når I ønsker at blive kirkeligt viet, bliver spørgsmålet om ens forhold til troen mere aktuelt både for den katolske part, men også for den ikke-katolske part. Som katolik har troen måske spillet en daglig rolle i ens liv. Kirken har indgået som en naturlig del af ens hverdag. For den anden part kan det være, at troen aldrig har spillet en særlig stor rolle, man er måske kristen per tradition, men har aldrig rigtig reflekteret over, hvad det reelt betyder, og det skal man måske pludselig til. Det kan også være, at ingen af parterne har gjort sig tanker om troens betydning i forhold til ægteskabet – og måske ikke føler, at det betyder det store.

Her kan forberedelsen til ægteskabet bidrage til at understrege, hvor troen kan være en styrke for ens ægteskab. Man kan evt. tale om nogle tekster (læs gerne de bibeltekster igennem, som findes i appendikset på side 48), der relaterer til ægteskabets betydning og få jer en snak om dem.

Erfaringen viser, at hvis den ene part er meget troende og bruger meget tid på at praktisere sin tro, og den anden part ikke deler denne interesse,

så vil dette være en udfordring for parforholdet. Den troende vil ofte føle sig ensom og være ked af ikke at kunne dele en værdifuld del af sit liv med ægtefællen, og omvendt vil den anden part kunne føle sig udelukket fra en stor del af den førstes liv, og måske synes at fritiden kan prioriteres bedre. Disse udfordringer kan overkommes og udelukker derfor ikke et ægteskab, men det er vigtigt at have talt disse ting igennem, så man på forhånd ved hvilke udfordringer, man går ind til.

Mange ægtefæller erfarer, at troen ofte får en større betydning senere i livet. Derfor er det vigtigt, at I allerede nu, finder en fælles respekt for hinandens tro, så der er plads til, at jeres praksis kan ændre sig med alderen.

Øvelse 5

En stor del af vores livssyn stammer fra de sammenhænge, vi er opvokset i. Det gælder ikke mindst, når det kommer til religiøse traditioner. For tro, kultur og familietraditioner hænger uløseligt sammen, uanset om man tror eller ej. Det kan derfor også være svært at skelne, hvad der kommer fra min kulturelle baggrund, og hvad der er en del af Kirkens tro. Tal om, hvad troen har betydet og er blevet praktiseret i hver jeres familie, og hvad den betyder for jer hver især:

1. Hvilke familietraditioner har stor betydning for jer? Det kan f.eks. være hvordan højtider og livsbegivenheder markeres, men også hvor meget religiøs praksis som f.eks. bøn, fylder I jeres dagligdag.
2. Tror I, der er noget, der vil ændre sig mellem jer, efter at I bliver gift?
3. Er der forskelle i jeres livssyn, som I forventer bliver mindre med årene?

Hvad forener os?

I et "blandet forhold" kan det, der adskiller én, til tider komme til at fylde meget. Det kan både være ens omgivelser, der gør opmærksom på, at han eller hun jo er forskellig (kommer fra en anden kultur, eller har en anden religiøs overbevisning etc.), men fokus på forskelligheder kan også komme fra én selv, og man kan måske gå rundt og tvivle på, hvordan det kan være, at man overhovedet har kastet sig ud i det projekt, der hedder forberedelse til ægteskab. Og ja, det er klart, at der er forskelle,

som man skal lære at brygge bro imellem, men af og til er det også sundt at stoppe op og se på, hvad det er, der egentlig forener jer. Hvis man vil giftes er det jo fordi, man mener, at der er noget mere fundamentalt ved den anden person, som man elsker, og ikke kun fordi man er fanget i et øjeblikks forelskelsesrus.

Øvelse 6

Svar hver for sig på spørgsmålene, og tal bagefter sammen om, hvad I har svaret:

1. Har du pga. din partner opdaget andre, nye og positive aspekter ved din religion/livsanskuelse?
2. Har din religion bidraget til, at du har fået øjnene op for andre, nye og mere positive sider ved din partner?

Børn og tro

Det, at man kommer fra to forskellige kulturer og/eller religioner, bliver ofte tydeligt, når man ønsker at stifte familie. Her er der pludselig nogle vigtige beslutninger, der skal træffes i relation til et kommende barn, og hvordan det skal vokse op religiøst og kulturelt. Det er ofte et meget følsomt emne, for her bliver ikke blot ideologier og tro, men også traditioner og vaner undersøgt og debatteret med henblik på at sikre det bedste for barnet. De mere abstrakte diskussioner, man måske tidligere har ført, om meningen med troen, og hvordan den er del eller måske ikke er del af ens liv, bliver nu helt konkrete.

I tilfælde af et "blandet ægteskab" er den katolske part forpligtet til at sørge for, at børnene får en katolsk opdragelse. For nogle par er dette ikke et problem, fordi den ikke-katolske part gerne ser, at børnene bliver opdraget katolsk. Men andre par står i et dilemma, fordi den ikke-katolske part gerne vil videregive sin egen tro til børnene. Selvom parret bliver katolsk viet giver det ikke den katolske part ret til at afgøre, at børnene skal opdrages katolsk, for den ikke-katolske part har samme ret til at ønske sig at bestemme barnets opdragelse. Her må I finde en løsning, og det er vigtigt at have fundet en løsning, inden I er blevet gift. Den katolske Kirke blander sig ikke i hvordan parret løser det eventuelle dilemma, men den kræver at begge parter på forhånd er klar over den katolske parts forpligtelse til at opdrage børnene katolsk.

Det er altså vigtigt at have forholdt sig til de spørgsmål, der melder sig, når man får børn.

Øvelse 7

Tal om, hvordan I ønsker at give jeres tro og kultur videre til jeres børn:

1. Hvordan vil I håndtere det, når jeres børn begynder at spørge jer om Gud?
2. Kan I støtte hinanden i børnenes katolske opvækst, selvom den ene af jer måske ikke er katolik? Hvordan?
3. Hvis I ikke deler samme tro, hvordan vil I håndtere det i jeres børns religiøse praksis? F.eks. kirkegang, aftenbøn, bordbøn.
4. Er der elementer i jeres tro og praksis, som I hver især synes er særligt vigtige, at jeres børn også får del i?



*Modul 4: Kaldet
til kærlighed*
- Kroppens teologi kort fortalt

Modul 4: Kaldet til kærlighed

- Kroppens teologi kort fortalt

Hvad skal denne tekst bruges til?

Denne indføring i Den katolske Kirkes seksuallære vil vise, at Kirken ikke fordømmer sex, men anser det som en væsentlig del af det at være menneske og en vej til at lære Gud at kende.

I ægteskabets sakramente bliver jeres kærlighed til et kald. En del af dette kald finder sit udtryk i jeres seksuelle tiltrækning til hinanden.

Sex indenfor ægteskabet er et udtryk for hengivenhed og tiltrækning og kan i sin natur derfor ikke primært være et spørgsmål om selvtilfredsstillelse.

Sex er altså en del af jeres kald til kærlighed. Ægte kærlighed har altid to elementer: Den er forenende, og den er åben. Forenende f.eks. i seksualiteten, som bibelen siger ”og de to skal blive til ét kød”, og åben i muligheden for, at Gud skaber nyt liv gennem jer.

Den mest perfekte kærlighed er Gud selv. Gud er i sin natur kærlighed. Den kærlighed, vi mennesker har til hinanden, stræber derfor helt naturligt efter at blive et billede på Guds kærlighed til os.

Sex er godt!

Den katolske Kirke er ikke sex-forskrækket, når den f.eks. taler imod porno og sex som et ensidigt middel til selvtilfredsstillelse, og siger at sex hører til inden for ægteskabet. Kirken fordømmer ikke sex, men de forkerte måder sex kan udøves og bruges på. Vi fristes nemt til at adskille sex fra givende og trofast kærlighed til den anden. Bliver sex mest et spørgsmål om selvtilfredsstillelse og dermed kærlighed til mig selv (egoisme), så stræber den ikke længere mod den perfekte kærlighed, nemlig Gud. Faktisk mener Kirken, at vores samfund ofte ikke værdsætter god og kærlig sex nok. Mange er vilde med sex, men har måske ikke forstået, hvor værdifuld og eksistentiel sex egentlig kan være.



Pave Johannes Paul II forklarede den store værdi, vores krop og sex har gennem en lang række foredrag, som han kaldte kroppens teologi. Han har ikke peget fingre ad folks umættelige sexlyst, men netop pointeret at vores seksualdrift er så stærk, fordi den peger hen imod noget meget stort: I sidste ende udtrykker den en længsel efter en forening med Gud, som er kærligheden selv. Lysten til sex er der intet forkert i, men problemerne opstår, hvis man bruger lysten på en ukærlig måde. Når først seksualiteten adskilles fra kærligheden som livets dybere mening, kan den gøre stor skade.

Kroppens teologi lærer os, at vi ved at se på menneskets kroppe kan forstå meningen med livet! Vi kan se at mandens og kvindens krop isoleret fra hinanden mangler noget. Når de forenes i den seksuelle akt, komplementerer de hinanden og bliver til ét kød. Ud fra vore kroppe, kan vi altså se, at vi er kaldede til at give os hen til hinanden, hvilket stemmer helt overens med Jesu bud

om at elske hinanden, som han har elsket os. Kroppens teologi lærer os om fire egenskaber i Kristi kærlighed. Jesu kærlighed indebærer, at han giver sig selv:

1. Totalt. "Han elskede dem indtil det sidste." (Joh 13,1).
2. Frit. "Ingen tager det (livet) fra mig, men jeg sætter det til af mig selv." (Joh 10,18).
3. Trofast. "Jeg er med jer alle dage indtil verdens ende." (Matt 28,20).
4. Livgivende. "Jeg er kommet, for at de skal have liv og have i overflod." (Joh 10,10).

Det er netop det, I siger ja til, når I bliver kirkeligt viet. De fire egenskaber går igen i tilspørgelserne: "Er det jeres faste og frie vilje at tage hinanden til ægte?" (totalt og frit). "Vil I elske og ære hinanden og leve som mand og hustru, indtil døden skiller jer?" (trofast). "Hvis Gud skænker jer børn, er I da rede til at opdrage dem, som Kristus og hans Kirke har lært os det?" (livgivende). Disse vil være grundpillerne i jeres kærlighed til hinanden. Netop i ægteskabet vil I kunne udleve dette kald til kærlighed. Når sex som et kærlighedens udtryk hører til i ægteskabet, er det fordi, det er dér, I lover hinanden forpligtende troskab.

Disse fire principper udgør også de fire nødvendige forudsætninger for, at I kan blive kirkeligt viet:

1. Den totale kærlighed: Enhed/monogami.
2. Den frie kærlighed: Frihed.
3. Den trofaste kærlighed: Uopløselighed.
4. Den livgivende kærlighed: Åbenhed for at få børn.

De hører med, hvis I vil leve op til jeres kald i ægteskabet. At det ikke altid er lige let at elske, ligesom Kristus elskede, er en helt anden sag! Men bliv ikke nedslået over det. Vi er mennesker, der alle er præget af synden. Også det tager kroppens teologi højde for.

En skadet seksualitet

På skabelsesmorgen blev mennesket skabt til at kunne give sig selv som en gave i den fysiske og åndelige forening med sin partner. Der var ingen komplikationer i det indbyrdes forhold. Mennesket kunne være et rent billede på Guds kærlighedsfællesskab. Denne idyl bliver omvæltet ved syndefaldet. Derefter skammer Adam og Eva sig over at være nøgne. Skammen er en mekanisme, der vil beskytte personen f.eks. mod at blive set som et objekt, der kan bruges seksuelt. Før syndefaldet var der ingen skam, fordi den anden part ikke havde noget ønske om at bruge sin partner for sin egen nydelses skyld. Begæret, der opstod med syndefaldet, ændrede det hele. Kærligheden led derved et nederlag.

For pave Johannes Paul II er det modsatte af kærlighed ikke had, men det at man bruger den anden for sin egen tilfredsstillelses skyld. Det modsatte af kærlighed er derfor egoismen.





Forholdet mellem mand og kvinde, som ved skabelsen var orienteret mod at give sig selv helt hen til hinanden, lider et knæk ved syndefaldet. Sex, som oprindeligt var orienteret mod total hengivelse i kærlighed, risikerer nu at kunne blive brugt som f.eks. egoisme eller magt, for at bemægtige sig den anden. Den perfekte kærlighed, som vi mennesker var i stand til ved skabelsen, er nu ikke længere et billede på Guds overgivende og forenende kærlighed.

Vi kan blive frie til at elske, når vi befries fra det egoistiske begær. Opnår man denne modenhed, kan man godt se med et rent hjerte på nøgne kroppe uden at begæret får én til at ønske at ville bemægtige sig dem. Det kommer selvfølgelig an på, hvordan disse kroppe fremstilles. I kunstens verden har Michelangelo f.eks. malet nøgne kroppe i Det sixtinske Kapel.

*Det
modsatte af
kærlighed
er ikke
had, men
egoisme.*

Han ville ikke vække lyst i folk, men taknemmelighed for den store gave, vores krop er.

Det kræver en modningsproces at se på folk af det andet køn med et rent hjerte. Mange kender måske kun to reaktioner på en fristelse: At give efter eller at undertrykke. Den tredje og sunde måde er at opdage kaldet til kærlighed som et billede på Guds perfekte kærlighed. I vores kærlige hengivenhed til hinanden også seksuelt, møder vi ikke kun en krop, men et menneske. Da kærlighed i sin natur altid giver sig hen, viser den også altid ud over sig selv. Så når vi møder vores elskede partner, møder vi på en måde også Guds kærlighed.

Tror vi på kærligheden som et kald, så vil vi også opleve, at vores gensidige kærlighed rækker ud over en ren tiltrækning, f.eks. den andens udseende eller personlighed. Når sex leves som et kald til kærlighed, bliver det til et intimt møde med et andet menneske i sin helhed.

Øvelse 1

1) Hvor meget fylder den fysiske tiltrækning til hinanden i forhold til det at være venner? Hvor stor en del af jeres forhold er ren platonisk kærlighed? Hvor stor en del er erotisk?

2) Husk på, at den seksuelle drift i sig selv er god, fordi den er skabt af Gud. Der er altså ikke noget galt i at have lyst til hinanden; men enhver lyst skal styres, så den ikke bliver destruktiv. Har I oplevet gange, hvor I er kommet til at se den anden som et redskab til egen tilfredsstillelse, eller hvor I har følt jer "brugt" af den anden?

Øvelse 2

Kirken lærer, at sex kun hører hjemme i ægteskabet, fordi det her finder sin bedste udfoldelse mellem to parter, der har udtrykt et bindende ja til en total, fri, uopløselig og livgivende kærlighed. Samtidig er der ingen tvivl om, at det er en stor udfordring at vente med at gå i seng sammen, når man elsker hinanden højt. Har I overvejet muligheden for at bruge jeres forlovelsestid som en periode, hvor I giver afkald på at udleve jeres seksualitet? At afholde sig fra sex kan både give anledning til at opdage nye måder at vise hinanden kærlighed på og skærpe forventningens glæde til jeres bryllup.

Litteratur:

De 129 katekeser af pave Johannes Paul II om Kroppens teologi er samlet og kan læses online, men kan også findes i dette værk: Johannes Paul II, *Man and Woman He Created Them, A Theology of the Body*, (735 s.).

En god gennemgang og forklaring af Kroppens teologi kan findes i følgende værker:
Christopher West, *Theology of the Body Explained: A Commentary on John Paul II's "Gospel of the Body"*, 2003.

På dansk findes:

Christopher West, *Kroppens teologi for begyndere*, Katolsk Forlag, 2019.

Jason Evert, *Kroppens teologi for hende / for ham*, Katolsk Forlag, 2015.

(begge kan fås i Katolsk Webshop - scan QR-koden)





Modul 5:
Frugtbarhedens gave
- familieplanlægning

Modul 5: Frugtbarhedens gave

- familieplanlægning

Hvad skal denne tekst bruges til?

Kirkens holdning til familieplanlægning og prævention rides op i korte træk. Her finder I en gennemgang af præventionsmetoderne med nogle kommentarer til, hvorfor nogle er mere moralsk forkastelige end andre.

Nogle metoder for naturlig familieplanlægning præsenteres kort, men for at lære at bruge disse metoder kræves mere fordybelse, og der henvises derfor til links og dokumenter med mere information om dette på www.vivilgiftes.katolsk.dk.

De fleste har hørt om Den katolske Kirkes forbud mod prævention; men de færreste kender Kirkens tanker og argumentation. Her får I en kort begrundelse for Kirkens holdning til familieplanlægning. Samtidig får I en introduktion til naturlige metoder for fødselskontrol, der har Kirkens anerkendelse.

Prioritering af familien

Børn er en naturlig frugt af ægteskabet, og derfor lærer Kirken også, at parret skal være åbne for børn. Sådan afspejler de Kristi kærlighed, som er total, fri, trofast og livgivende. I praksis er det ofte en udfordring at efterleve. Det er der flere grunde til.

I dag lever vi i et samfund med høje forventninger - både vores egne, vores omgivers og samfundets. Derfor bliver vi hver dag nødt til at prioritere. Hvad er vigtigst; familien eller ar-

bejdslivet? Denne prioritering er i vidt omfang allerede foretaget af samfundet, uden at I er blevet spurgt. Derfor kræver det, at vi indimellem siger fra i stedet for blot at acceptere forholdene, som de nu engang er blevet. Familier med flere børn kan i perioder blive nødt til at afstå fra eller skære ned på forbrugsgoder som ferierejser, det smarte køkken og badeværelse eller den bil, de drømmer om. Til gengæld får disse familier det tætte menneskelige fællesskab, som en familie kan give.

Kirkens nej til kunstig prævention

Kirken siger nej til kunstig prævention, men ikke for at holde fast i de gamle familiemønstre, hvor moren var hjemmegående for at passe børneflokkene.

Grunden er en anden. Gud har skabt mennesket, og han skabte det af kærlighed. Når vi mennesker sætter børn i verden, skaber nyt liv, bliver vi på en helt konkret måde Guds medarbejdere på



skaberværket. Under samlejet udtrykker ægtefællerne deres kærlighed til hinanden, og de åbner sig for Guds kærlighed ved at sige ja til, at et nyt liv kan blive til.

Kunstig prævention forhindrer desværre også muligheden for at kærligheden finder sit fulde potentiale som forenende og livgivende. Når vi kunstigt udelukker muligheden for at Gud skaber liv, risikerer vi også at begrænse kærlighedens udtryk. Den seksuelle nydelse er god, men må ikke adskilles fra kærligheden eller blive et mål i sig selv.

Der findes to typer prævention. Den ene type forhindrer, at en befrugtning finder sted. Den anden type bevirker, at det befrugtede æg enten ikke kan sætte sig fast i livmoderen eller udstødes af livmoderen og går til grunde. Den første type, også kaldet barrieremetoderne, omfatter kondom og pessar, som hindrer mandens sædceller i at nå frem til æggelederen – og dermed, at en befrugtning kan finde sted. Begge kan kombineres med sæddræbende præparater.

Langt mere udbredt og effektive er p-piller og spiral. Spiralen forhindrer, at det befrugtede æg sætter sig fast i livmoderen. Med andre ord: Den får det nye menneskelige liv til at gå til grunde. P-piller indeholder forskellige hormoner: Syntetiske progesteroner (såkaldte gestagener) og syntetiske østrogener. Disse har mange bivirkninger. I dag kan man derfor både få traditionelle piller med et højt indhold af hormoner og mini-piller. Hovedformålet er, at forhindre at kvinden får ægløsning; men de nyere præparater forhindrer også (hvis ægløsningen alligevel er fundet sted) et evt. befrugtet æg at sætte sig fast i livmoderen. Dermed ødelægges de også menneskeligt liv.

Kirken advarer mod brug af p-piller, som ikke blot forhindrer en graviditet i at finde sted, men som også kan destruere det eller de befrugtede æg. Ud over de moralske problemer ved p-piller og anden prævention er der naturligvis også en række fysiske bivirkninger, der skal tages med i betragtningen.

Abort

Anser Kirken abort for forkert i alle tilfælde? Svaret er et klart ja. Lige meget hvilke begrundelser man kan påberåbe sig, er problemstillingen altid den samme. Det er et valg mellem liv og død. Her er Kirken altid på livets side, helt fra undfangelsen af. Derfor er også fortrydelsespiller betragtet som et forsøg på at slå et menneskeligt liv ihjel.

Men hvad med de ekstremt sjældne tilfælde, hvor graviditeten kan koste moderen livet? Her er det lægens pligt at hjælpe moderen og barnet, så længe det er muligt. Hvis en operation, der kan bringe barnets liv i fare, er nødvendig for at redde moderen, har hun ret til at vælge denne mulighed. Pointen er, at operationen ikke udføres i den hensigt at fremkalde en abort, uanset at det kan blive resultatet. Kirken vil ikke pålægge moderen at vælge martyriet, men der er aktuelle eksempler på kvinder, der vælger at beskytte deres barns liv fremfor deres eget.

Ansvarligt forældreskab

Ingen har hverken fysiske, psykiske eller materielle ressourcer til at tage sig forsvarligt af et ubegrænset antal børn. Kun parret selv kan skønne, hvor mange børn det skal tage imod. Nogle ønsker at skabe større afstand mellem fødslerne,



fordi det kan være for stor en belastning at tage imod et barn her og nu. I en sådan situation har ægtefællerne lov til at begrænse det seksuelle samliv til de perioder, hvor kvinden ikke er frugtbar. Det er det, man kalder naturlig familieplanlægning, og der findes forskellige metoder til at fastlægge disse perioder.

Naturlig familieplanlægning

Det er muligt at leve op til et ansvarligt forældreskab ved at benytte naturlig familieplanlægning. Gud har givet os en naturlig måde at planlægge graviditet på, uden at det går ud over kærlighedens forenende og livgivende natur. Naturlig familieplanlægning er en metode til at skaffe sig viden om, i hvilke perioder kvinden kan blive gravid, og så tilpasse det seksuelle samkvem efter denne periode, enten for at undgå eller også for netop at opnå en graviditet. Bruges disse metoder til at undgå at få børn, foretager parret sig ikke noget aktivt for at forhindre, at en befrugtning kan finde sted. En af de mest udbredte og bedst dokumenterede metoder til at beregne tidspunktet for kvindens frugtbarhed på kaldes Billingsmetoden.

Denne metode blev udviklet af det australske lægeægtepar John og Evelyn Billings i samarbejde med en række internationale forskere i sidste halvdel af 1950'erne. Metoden kaldes også for ovulationsmetoden. Metoden bygger på den opdagelse, at det sekret, som hos alle kvinder udskilles fra livmoderhalsen, har forskellig konsistens, alt efter hvor kvinden befinder sig i sin cyklus. Ved at iagttage disse forandringer kan kvinden finde ud af tidspunktet for ægløsningen (ovulationen).

Der er flere metoder, der kombinerer Billings' opdagelser med andre indikatorer på kvindens frugtbarhed, og disse har opnået en endnu større sikkerhed. En af disse metoder bliver kaldt den sympto-termale metode, fordi man ud over at observere symptomerne i kvindens sekret også ser på kroppens temperaturudsving.

Hvad er så forskellen mellem de forskellige former for kunstig prævention og Billingsmetoden mm.?

Ved brug af Billingsmetoden foretager parret sig ikke noget aktivt for at forhindre, at en befrugtning kan finde sted. Derfor er Billingsmetoden ikke kunstig. Metoden respekterer kvindens naturlige cyklus. Hvis parret ønsker at undgå en graviditet, må det derfor afholde sig fra samleje i de frugtbare perioder. Det kræver den selvdisciplin, der er et udtryk for, at sex og kærlighed hører nøje sammen.

Kunstig befrugtning

I dag har mange unge ægtepar svært ved at få børn. De ovenfor nævnte metoder kan hjælpe parret til at bestemme kvindens frugtbare dage, hvor der er størst mulighed for at opnå en graviditet. Hvis problemet derimod skyldes andet som f.eks. nedsat sædkvalitet hos manden eller beskadigede æggestokke hos kvinden, er det naturligvis ikke tilstrækkeligt at kende de frugtbare perioder.

Mange par søger hjælp på en fertilitetsklinik. Behandlingen er ofte en længerevarende proces, som kan belaste kvinden, fordi hun stimuleres med hormoner. Par i fertilitetsbehandling oplever det ofte som psykisk belastende, da fokus nemt bliver på de tekniske processer og ikke så meget på kærligheden, som binder dem sammen.



Kirken afviser enhver form for kunstig befrugtning, herunder insemination og reagensglasbehandling. Tilladt er derimod enhver behandling, der vil helbrede de skader, der har skabt problemet – f.eks. hormonbehandling og åbning af æggelederne hos kvinden – altså behandlinger, som gør, at man efterfølgende kan få børn på naturlig vis.

Kirken modsætter sig kunstig befrugtning af forskellige grunde. Den vigtigste grund er, at befrugtningen sker uden for kvindens krop. Det bliver teknikken, der tager over og kontrollerer befrugtningen. Populært sagt fører teknikken til, at man ikke længere får et barn, men laver eller producerer barnet. Barnet bliver en vare, et produkt. I kølvandet på disse teknikker er der opstået en byge af etisk forkastelige handlinger, f.eks. nedfrysning af ”overskydende” fostre, som man enten kan bruge eller smide væk; ægsortering, hvor man udvælger de befrugtede æg, man finder bedst egnede, og kasserer resten, og fosterreduktion, hvor man for at nedbringe antallet af fostre i livmoderen dræber et eller flere af dem med en dødelig indsprøjtning i hjertet. Brugen af disse teknikker fører til et afstumpet menneskesyn. Et barn er en gave, ikke en ret.

Frugtbarhed er ikke kun at få børn

Selvom I i ægteskabet er kaldet til at være frugtbare og give liv videre, så må I ikke opfatte jer som mislykkede, hvis det ikke lykkes jer at få børn. Det kan være smertefuldt ikke at kunne få børn, men jeres frugtbarhed begrænser sig ikke kun til at sætte børn i verden. Alene det at kunne glæde sin partner er en frugt, og I kan som par og som enkeltpersoner bidrage med meget i samfundet, der beriger verden. Det går ikke altid, som vi planlægger her i livet, men er man åben for det, kan man altid få en udfordring til at blive en mulighed for at bære frugt.

Øvelse 1

- 1) Hvor mange børn har I lyst til at få?
- 2) Hvordan vil I planlægge familiens størrelse?
- 3) Hvad synes I om naturlig familieplanlægning? Hvilke fordele eller ulemper har det?
- 4) Hvad vil I gøre, hvis I ikke kan få børn?
- 5) Hvad vil I gøre, hvis I får at vide, at I venter et barn, der kan have en alvorlig sygdom?



*Modul 6: I gode som i
onde dage*

Modul 6: I gode som i onde dage

Hvordan skal denne tekst bruges?

I har sikkert allerede oplevet at jeres forhold kan være både dejligt men også svært ind i mellem. I dette kapitel vil I lære om at tale hinandens sprog, og hvordan jeres kærlighed kan trives både i medgang og modgang.

Et godt ægteskab er ikke uden konflikter. Hvor mennesker er forskellige, vil der altid opstå konflikter, og det er ikke et tegn på manglende kærlighed. Spørgsmålet er, hvordan I tackler konflikterne. I et godt ægteskab har parret lært at kommunikere med hinanden. Dette modul giver jer redskaber til at forbedre kommunikationen og skabe forsoning.

At lære at tale hinandens sprog

Den amerikanske antropolog og parterapeut, Gary Chapman, har gennem mange års erfaring opdaget, at vi mennesker kommunikerer kærlighed gennem 5 forskellige "sprog". Problemet er, at de færreste taler og forstår alle disse sprog, og at det oftest kun er ét af disse sprog, vi kommunikerer med. I et parforhold vil den ene måske bruge alle sine kræfter på at vise kærlighed til partneren gennem et sprog, der dybest set ikke rører den anden. Begge parter anstrenger sig måske, men føler hverken at den anden værdsætter ens forsøg eller selv gør noget for at vise kærlighed.

Gary Chapman skelner i sine bøger imellem fem kærlighedssprog:

Anerkendende ord: Vi bekræfter hinanden med ord, når vi f.eks. siger: "Jeg elsker dig", eller "du er dejlig", eller udtrykker komplimenter som: "Du ser godt ud". Det sker også, når vi omtaler partneren positivt foran andre mennesker.

Gaver: Blomster er den klassiske måde at udtrykke sin kærlighed på; men betænksomme gaver kan også være små, ikke dyre ting, som man laver selv.

Fysisk berøring: I holder i hånd, krammer, kysser og elsker.

Kvalitetstid: Den tid, som I afsætter til hinanden til udelukkende at have opmærksomheden rettet mod jeres partner. Det kan ske ved bare at tale og lytte til hinanden eller ved at bruge tid på en fælles aktivitet.

Hjælpsomme gerninger: I gør ting for hinanden, f.eks. tager jer af madlavningen eller lapper cyklen.

Hvis en hustrus kærlighedssprog er kvalitetstid, og hun blot ønsker at tilbringe tid sammen med sin mand, så kan han give hende nok så mange

gaver, men hun vil til sidst måske føle, at han ikke elsker hende. Han vil derimod opleve, at hun ikke sætter nok pris på hans kærlighedserklæringer, og måske er han skuffet over, at hun aldrig giver ham gaver. Det tager tid at lære et kærlighedssprog, man ikke er vant til at bruge. Hvis min partner aldrig har vægtet gaver særlig højt, kan jeg ikke kræve, at han/hun skal være god til at forære mig gaver hele tiden. Det svarer til at tænke, at franskmændene burde forstå dansk, når bare vi taler langsomt og tydeligt.

Det hjælper heller ikke, at du tilbringer hele dagen med ægtefællen på dennes yndlingsmuseum, hvis din ægtefælles kærlighedssprog er hjælpsomme gerninger og han/hun helst så, at I var blevet hjemme og havde fået ordnet haven sammen. Det nytter heller ikke, at én af jer siger: "Men jeg har jo vasket din bil", hvis den andens kærlighedssprog er fysisk berøring.

Ved at læse om de fem forskellige sprog vil I nok genkende, hvilket et der er dit sprog, og hvilket et der er din partners. Fortæl din partner hvad han/hun kan gøre for at udtrykke kærlighed til dig på dit sprog. Husk at det kan tage meget lang tid for din partner at lære dit sprog, og fokuser mest af alt på, at du lærer din partners sprog at kende.

1. Anerkendende ord

- Ord har stor magt, og inden for dette sprog, er der flere dialekter:
- Komplimenter viser, at vi er *opmærksomme*
- Taknemmelighed synliggør vores *påskønnelse*
- Opmuntring konkretiserer vores *omsorg*.



En mangel på anerkendende ord kan have frygtelige konsekvenser for et ægteskab, mens kærlige ord opbygger selvværd. Hvis anerkendende ord er din ægtefælles vigtigste kærlighedssprog, vil en jævnlig bekræftelse forny hans eller hendes følelse af at være elsket.

2. Gaver

Hvis du har let ved at bruge penge, vil det ikke være særlig svært at udtrykke kærlighed på den måde. Men hvis du er sparsommelig, er det en større udfordring. Hvis du ikke køber ”overflødige” ting til dig selv, vil du sandsynligvis ikke tænke på at bruge penge på din ægtefælle. Men gaver kan være billige – og alligevel have stor værdi som et synligt tegn på kærlighed. F.eks. koster en blomst fra haven sammen med en lille besked ikke noget; men den kan have stor betydning.

Vent ikke, til der kommer en særlig anledning som fødselsdag, bryllupsdag eller juleaften. Spontane og uventede gaver er rigtig dejlige, og man føler sig meget speciel og højt elsket, når man modtager dem. Så hvis din ægtefælle f.eks. gennemgår en svær periode, kan en gave udtrykke: *Jeg forstår. Jeg holder af dig. Jeg står sammen med dig i denne situation.*

3. Fysisk berøring

For nogle mennesker siger berøring mere end ord. Den udtrykker kærlighed, når den gives, og afvisning, når den holdes tilbage. Berøringer, der udtrykker kærlighed, vises på mange måder. Nogle er seksuelle, andre ikke. Her er nogle forskellige eksempler: Holde i hånd, en arm omkring livet, et kys, et kram, en let berøring i forbifarten, en rygmassage, seksuelt forspil og elskov.

Både seksuelle og ikke seksuelle berøringer er

vigtige mellem mand og hustru. Det er vigtigt at være klar over, at vores lyst til berøring kan udtrykkes forskelligt.

4. Kvalitetstid

Tid handler ikke kun om fysisk nærhed, men også om at rette sin opmærksomhed mod hinanden. Mennesker betyder noget for os, hvis vi er villige til at bruge tid på dem. Jo mere tid, vi giver til noget/nogen, des tydeligere viser vi, hvor vigtige og betydningsfulde de/det er for os.

Tid er kostbar. Vi har kun en given mængde af den. Vi kan tjene flere penge ved at tage to eller tre jobs; men vor (livs)tid kan vi ikke forøge. På et tidspunkt rinder vor tid ud. Din tid er dit liv. Derfor er din tid det største, du kan give. Det er ikke nok, at du siger, at en given relation er vigtig for dig. Bevis det ved at investere tid i den.

5. Hjælpsomme gerninger

Ved at hjælpe din ægtefælle udtrykker du din kærlighed. Forsøg at opfylde den andens ønsker og behov på en praktisk måde og tjen hinanden. Hvordan tjener man hinanden? Det kan f.eks. gøres ved at lave en kop kaffe til den elskede, gøre rent, skrabe isen af bilens ruder, ordne regningerne.

Lad være med at tænke: ”Lidt retfærdighed skal der være”, ”nu har jeg gjort noget for dig, så nu skal du gøre noget for mig”, eller ”jeg gør det ene, hvis du gør det andet”. Så er der ikke kærlighed bag ved handlingerne, men beregning.

I medgang og modgang

Få nygifte tror på et problemfrit samliv. Intet samliv er fri for konflikter. Men alligevel bliver mange overraskede over de vanskeligheder, der

Øvelse 1

Vi har alle et forskelligt kærlighedssprog.

- Hvad er dit kærlighedssprog?
- Hvordan har du brug for at "høre/se" kærligheden?
- Hvordan har du prøvet at vise kærlighed til din partner?
- Har I oplevet, at I i jeres kærlighedssprog har "talt forbi hinanden"?
- Hvornår har du brug for at mærke din partners kærlighed mere tydeligt?
- Hvornår har din partner "ramt plet" og virkelig formået at vise sin kærlighed til dig?

kan dukke op. Tag chancen og forbered jer så godt som muligt til jeres ægteskabelige samliv. Vi løber alle ind i såvel udefra- som indefra-kommende ting, vi ikke var forberedt på. Hvis I i jeres familie har oplevet konflikter som tilladte og håndterbare, kan I mere åbent forholde jer til, hvad der dukker op.

Når man er forelsket, vil man ikke såre hinanden. Man vil kunne tale sammen om alting, og man ønsker at være loyal og forstående og ikke angribe eller svigte hinandens fortrolighed. Frem for alt vil man ikke gøre visse ting, man har oplevet hos sine forældre, venner eller andre. Det kan medføre skuffelser.

Almindelige vanskeligheder i parforholdet

Det er en almindelig erfaring, at det ofte er de banale småting, der kommer til at udløse konflikter, usikkerhed og tvivl om det indbyrdes forhold. De *udefrakommende* faktorer kan være sygdom, økonomi, politik m.v., og de *indefrakommende* faktorer kan være de to ægtefællers personlighed, sind og baggrund. Det er ikke så meget de vanskeligheder der dukker op, der er problemet; men hvordan man forholder sig til dem. Det er ikke et problem at have problemer; men det er et problem ikke at gøre noget ved dem! Den *indbyrdes relation* er det afgørende nøgleord, og ved en god samarbejdsproces kan man – både ved små og store vanskeligheder – komme tættere på hinanden og nå frem til at være stærkere bagefter, både som enkeltperson og som par.

Hvad kan give anledning til konflikt?

- Økonomi
- Børneopdragelse
- Brug af tid og ressourcer på uddannelse og arbejde
- Hobby og fritid
- Skærmtid
- Forholdet til svigerfamilierne
- Kommunikationsvanskeligheder
- Træthed og omstilling ved graviditet og børnefødsler
- Seksuelle problemer
- Kønsroller og arbejdsfordeling
- Flytning og bygning af hus
- Misbrug af rusmidler og vold
- Langvarig sygdom eller dødsfald i den nære familie

Sidst i dette modul (side 39-40) finder I en mere uddybende liste med spørgsmål til inspiration

Forebyggelse af konflikter

I kan bedst forebygge konflikter, hvis I bliver arbejdskammerater og er fælles om opgaven at opbygge det indbyrdes forhold.

På trods af al umage kan der opstå spændinger. Det er almindeligt og noget, alle støder på. Vent ikke med at gøre noget. Når I taler om noget, der er følsomt for den ene eller begge parter, kan der opstå vrede og dårlig stemning, som kan vokse sig stor. Husk på, at vi alle har mønstre med os fra før ægteskabet. Disse er krævende at ændre, og I må ikke lade et negativt adfærdsmønster få lov at blive permanent. Sådanne mønstre kan være:

- **OPTRAPNING** af konflikt, hvor man går bort fra det, diskussionen egentlig handlede om og begynder at skyde på hinanden med ord som "altid" og "aldrig".
- **NEDVURDERING** af den anden, f.eks. ved personlig kritik, ironi, negligering eller negativ opmærksomhed – hvilket alt sammen får den anden til at føle sig mindre værd.
- **NEGATIVE FORTOLKNINGER** af andres handlinger og udsagn; forventer og modtager alt i en negativ betydning.
- **TILBAGETRÆKNING**, hvor man går sin vej fysisk eller psykisk, for at undgå konflikten, hvilket kan forstærke konflikten.

Øvelse 2

De fire ovenfor nævnte mønstre er faresignaler, der viser, at jeres konflikter ikke bliver håndteret rigtigt. Alle bruger dem i ny og næ, og det er ingen katastrofe. Men hvis det bliver et tilbagevendende mønster, slider det på parforholdet.

- Skriv hver for sig ned, hvor meget I kan genkende disse mønstre i jeres samliv.
- Giv faresignalerne en karakter mellem 1 (meget sjældent) og 10 (meget ofte).
- Hvem af jer er værst til at følge disse mønstre?

Sammenlign bagefter jeres resultater.

Kommunikationsteknikker

Læg grundlaget for trygge samtaler, hvor tilliden kan udvikle sig. Vi mennesker har tillærte filtre, mønstre og forventninger, der gør os sårbare. Det er en udfordring for kommunikationen, især når der er tale om følsomme temaer som livssyn, seksualitet eller vort følelsesliv. Ægtefæller har altid behov for at kunne udveksle meninger og tanker både om vigtige familieanliggender og om hverdagsproblemer. Hold jer altid for øje:

Som par er I et team, der arbejder mod samme mål. Beskyt ægteskabets enhed!

Perspektivet er livslangt, ikke kortsigtet. Forsvar forholdet mod at danne sprækker.

Kærligheden er for livet! Bliv enige om en struktur/fælles spilleregler for håndtering af problemer. Se dem som en arbejdsopgave i ægteskabet. De skal løses sammen!

Hvis I har fokus på ovenstående, er I godt på vej. Saml jer om det vigtige og styr uden om alt for ødelæggende skænderier. Sådan kan I gå frem:

1. Identificér problemet: Hvad står på spil?
2. Samtaleregler: Tal færdig på skift og tal om hver jeres egne tanker om og oplevelser af konflikten – ikke om den andens fejl, skyld m.v.
3. Drøft forskellige løsningsmuligheder: Hvordan kunne ...
4. Find frem til, hvad fællesskabet er bedst tjent med.
5. Lav en konkret plan og fordel ansvar og opgaver.
6. Følg op på sagen med flere samtaler (husk igen pkt. 2).
7. Afslut med at bekræfte, at I er kæresten og venner, og at fællesskabet er bevaret.

Konflikter hører med og er naturlige udfordringer. Mænd og kvinder har forskellige indfaldsvinkler og måder at gøre tingene på. Gud har skabt os forskelligt. Det er den største tiltrækning, charme og lykke, men giver også ofte anledning til mangler på forståelse og konflikter. Vanskeligheder er en del af ethvert liv og samliv og kan ikke afskaffes ved gode samtaler eller ægteskabskurser. Nok er vi skabt gode af Gud, men vi blev også vingeskudt ved syndefaldet. Derfor må I hverken af jer selv eller af hinanden forvente et fuldkomment eller konfliktfrit samliv.

Tilgivelse og forsoning

Nogle konflikter kan I selv løse. Andre hører til de ting, I skal have Guds hjælp til. Både ægteskabet og de øvrige sakramenter er indstiftet for at hjælpe os på alle områder af livet. Hjælp hinanden ved at bede sammen og støt din kæreste i hans/hendes egen måde at henvende sig til Gud på.

Deltagelse i gudstjeneste, nadver og det personlige skriftemål kan være oaser af fred til fordøjelse, hvor I finder kraft og inspiration til at se udveje, I ikke selv havde tænkt på. Gud formår at vende noget tungt eller svært til noget godt. Også den indbyrdes tilgivelse af hinanden og det at



være opmærksomme på en god forsoningsproces er væsentlige ting at lære. Humor er et vigtigt element i forsoning. Humoristisk sans hjælper os til ikke at tage os selv for højtideligt eller alvorligt. Det er godt at kunne le ad sig selv og sine egne dumheder, både over for partneren, børnene og andre.

Vær ydmyge (ikke underdanige!), for det beskytter jer mod det hovmod, der ligger bag megen af den fortræd, I gør hinanden. I kan mindske spændinger blot ved at afvente og holde skarpe svar og modargumenter tilbage. Så kommer samtalen på gled igen i en tryk stemning.

Naturligvis er der niveau-forskelle i vanskeligheder og problemer. Jo bedre, I lærer at håndtere de almindelige hverdags-konflikter og vanskeligheder, jo bedre vil I også være i stand til at støtte hinanden, hvis de store kriser og sorger skulle dukke op. Vær ikke bange for at søge hjælp. Familie, venner og samfundets forskellige institutioner står til rådighed. For at finde meningen bag det hele, modet og kræfterne til at stå det igennem, kan I hver for sig og sammen søge Gud. Hverken ulykker, alvorlige sygdomme, store kriser eller død er Kirken fremmed for.

Øvelse 3

I har over længere tid skændtes ofte om det samme emne, og I føler ikke rigtig at I kommer videre.

- Hvordan vil I prøve at løse konflikten og bringe forståelsen tilbage?
- Jesus siger i Matthæusevangeliet 18,22, at man skal tilgive 77 gange (det vil sige altid). Er der ting du, ikke kan tilgive?

Investér i jeres parforhold

Mange glæder kan opnås og mange problemer afværges, hvis man sætter tid af til at pleje sit parforhold. Ligesom en smuk have kræver pasning, gør et godt ægteskab det også, men det er ikke altid, vi prioriterer det særlig højt. Husk at afsætte tid til at være sammen! Vi anbefaler jer at sætte tid af til tre slags samvær, der alle er nødvendige for et godt ægteskab:

- Tid til at planlægge de praktiske spørgsmål i familielivet. Dette vil især være vigtigt, når

Øvelse 4

Ofte bliver vi vrede over fejl og mangler hos andre, men glemmer at kigge på os selv. Skal et samliv med en ægtefælle fungere, er det nødvendigt at kunne se ens egne fejl. Derfor er det en god idé af og til at se sig selv i et spejl, og her er en læsning, der ofte bliver brugt til bryllupper, en stor hjælp. Vi kan nemlig spejle os i Paulus' såkaldte "hymne til kærligheden" fra Første Korintherbrev kapitel 13. Læs versene 4-7: "Kærligheden er tålmodig, kærligheden er mild, den misunder ikke ..." osv., men udskift ordet kærlighed med dit eget navn. Hvordan lyder det, når du f.eks. skal sige "Josefine er tålmodig, Josefine er mild, hun misunder ikke ..."?

Lav f.eks. denne øvelse en gang om ugen, og hvis der dukker episoder op, hvor du opdager at du ikke har været kærlig, så sig undskyld til din partner.

man har børn. Afsæt f.eks. en halv time en fast dag om ugen til at planlægge hvem af jer der henter børn de forskellige dage, og hvem der ordner mad og indkøb. Mange skændier opstår på baggrund af praktiske svipsere.

- Tid til at tage emner om samlivet op. Det er vigtigt at sætte tid af til at diskutere, hvordan det går med forholdet. Her skal man kunne dele sine bekymringer eller fortælle om ting, der har gjort én glad eller ked af det, eller man skal søge at forsone sig, hvis man har sårer hinanden. Det er godt at have en fast aften om ugen, hvor man kan have de nødvendige diskussioner, så man kan tage vigtige emner op på et andet tidspunkt, end når man har lyst til at rive hovedet af den anden.
- Tid til at pleje venskabet. Det er vigtigt at samværet ikke kun begrænser sig til løsning af problemer. Husk at vende tilbage til de ting, der fik jer til at blive glade for hinanden. Tag på date med hinanden, hvor I kan dyrke fælles interesser og udtrykke kærligheden på jeres sprog. Få børnene passet og lad alle problemer og konflikter ligge derhjemme.

En anden måde at investere i parforholdet på, er ved at tage på et samlivskursus. Vi kan varmt anbefale det såkaldte PREP-kursus, der ikke er terapeutisk men pædagogisk. Det drejer sig derfor

ikke om at fortælle fremmede om personlige problemer, men om at lære nogle Praktisk Redskaber til et Engageret Parforhold.

Øvelse 5

Denne øvelse skal I ikke nødvendigvis gøre nu. Men vær åbne og sæt tid af til *regelmæssigt* at tale om ét af de ovenstående seks konfliktområder. Spørgsmålene er kun til inspiration til jeres samtale. Så brug listen som en reference. Hvis I vil, kan I evt. nu tale om et af emnerne.

Økonomi:

Tag pengesager alvorligt. Se sammen på realiteterne.

Hvordan vil I prioritere jeres penge?

Har I fælles økonomi eller adskilt økonomi?

Har I tænkt over at understøtte familien i udlandet økonomisk? (for par, hvor den ene har en anden etnisk baggrund!)

Hvordan vil du prioritere: Ferierejser eller hus og bil?

Hvad har du brug for at bruge penge på (f.eks. rejser, tøj mm.)? Hvad synes din partner om det?

Hvilken livsstil vælger I?

Hvordan fordeler I ansvaret?

Inddrag også overvejelser over det kristne ansvar ved valg af økonomi, livsstil, ressourceforbrug m.v. i forhold til det store fællesskab, samfundet og skaberværket.

Arbejdsliv:

Arbejdslivet har stor betydning for mange.

Hvad betyder arbejde og karrieremuligheder for dig?

Hvad betyder det kollegiale fællesskab for dig?

Hvor meget plads skal der være til videreuddannelser m.v.?

Hvad vil I gøre for at få jeres fælles liv og arbejdsliv til at hænge sammen?

Svigerfamilierne:

Svigerfamilierne er det klassiske tema, og der er lavet mange vittigheder over det. I bør begge bevare et godt forhold til jeres egen familie og skabe et godt forhold til partnerens, også for evt. børns skyld.

I begyndelsen kan kærligheden til partneren bære over med mange irritationsmomenter. Senere hen giver disse tit anledning til, at nogen bliver såret og er dermed årsag til et urimeligt "energiforbrug" i parforholdet. Tal med hinanden om dette emne. Det gælder ikke kun tværkulturelle familier, for i virkeligheden er alle familier tværkulturelle, da vi alle har mønstre og vaner med os fra vores oprindelige familie mht. mad, omgangsform, humor, religiøs udfoldelse o.m.a.



I skal netop "forlade far og mor" og skabe jeres egen kultur, omgangsformer og rutiner. Loyaliteten gælder først og fremmest jer imellem; først i anden omgang handler den også om jeres respektive familier. Aftal en slags "udenrigspolitik".

Hvad betyder din oprindelige familie for dig?

Hvilken betydning har din partners familie for dig?

Hvor tæt ønsker I, at forholdet skal være?

Hvad kan I tage med af gode erfaringer fra jeres familie ind i jeres forhold?

Hvad vil I gøre anderledes?

Hvilke traditioner og rutiner ønsker I at overtage?

Kommunikation:

At kunne tale sammen er selve livsnerven i jeres parforhold. Svigt på dette område må aldrig bagatelliseres. Afsæt selv i en travl hverdag både før og efter ægteskabets indgåelse tid til at tale sammen. Sådan bliver I klogere på, hvordan den andens verden pt. ser ud.

Brug tid på at forstå hinandens kærlighedssprog, forstå hinandens univers, og finde ud af hinandens form for humor. Tag fat i irritationsmomenter og undersøg dem, før de udvikler sig.

Hvad optager dig mest for øjeblikket?

Hvad er vigtigst for dig lige nu?

Hvad var din sjoveste oplevelse?

Hvad drømmer du om?

Hvilke mål har du?

Hvad eller hvem irriterer dig for tiden?

Hvor meget fylder spil og digitale medier?

Børn:

Mange unge forældre kan fortælle, at de aldrig forestillede sig den forandring og revolution, det var i deres liv, at et barn kom ind i familien. Alt vendes på hovedet. Fysisk og psykisk er det en krævende forandring, der kan tappe jer for den sædvanlige tålmodighed og omsorg. Tal allerede før ægteskabets indgåelse med hinanden om børn i familien. Hvad er jeres forestillinger om at være par og forældre?

Hvis I får børn, kræver det igen kommunikation og planlægning.

Tag hinandens behov alvorligt for at give bedre plads til den utrolige glæde, forældre oplever ved deres børn.

Misbrug:

Skulle der dukke misbrugsproblemer op, bør der *altid* søges hjælp. Det er misforstået kærlighed at lade alkohol, stoffer eller vold passere i håb om selv at kunne hjælpe partneren. Overvind den skam, der tvinger dig til at tie stille. Der skal *professionel hjælp* til, og det er sand kærlighed at søge hjælp, også selvom partneren ikke erkender behovet.



Litteratur

Gary Chapman, *Kærlighedens 5 sprog*, Ny revideret udgave 2011, 186 sider.

Howard Markman, Scott Stanley, Susan L. Blumberg, *Kæmp for kærligheden – Bogen om at leve sammen*, 2013, 292 sider.

PREP-kurser for ægtepar: Se www.familieudvikling.dk.



*Modul 7: Familie
og huskirke*

Modul 7: Familie og huskirke

Hvad skal denne tekst bruges til?

Dette modul skal I forberede jer på hjemme. Læs teksten igennem og gennemgå øvelserne. Under undervisningen skal I fremlægge resultatet af jeres diskussion.

Når I ønsker at blive viet i Kirken, må Gud have betydning for jer, eller i hvert fald for den ene af jer. I Den katolske Kirkes øjne vil jeres nye familie være en huskirke, det første sted, hvor troen på Gud vil blive forkyndt for jeres børn. Det er op til jer at finde ud af, hvordan denne tro skal leves i jeres familie.

Familien som Helligåndens arbejdsplads

Det er ganske naturligt for mennesket at danne en familie, ligesom mange også ønsker at få børn. Familien giver den fornødne ramme til børnenes opvækst, som i mange år er afhængige af forældrenes omsorg og oplæring. Deres kærlighed og familiens tryghed er en betryggende ramme for barnet. Dette fælles langtidsp projekt kalder vi familien.

Skaberen har udvalgt familien til Helligåndens arbejdsplads. Der får Guds livgivende kærlighed lov at udfolde sig og bringe os så tæt på ham, som det er menneskeligt muligt.

I ægteskabet giver I Guds kærlighed videre til andre. Men I vil også selv opleve Guds nåde i det daglige, praktiske samliv med hinanden, med børn, med venner og med både problemer og glæ-

der. Det er afgørende for jeres ægteskabs fremtid, at I hver især accepterer jeres partners frihed til at have og udtrykke sin egen mening og frihed til at dyrke og videreudvikle sin religiøse tro.

Måske kan I ikke helt forstå hinandens synspunkter. Så er det vigtigt, at I mødes dér, hvor I begge kan være med og respekterer jeres forskelligheder.

Måske vil din katolske ægtefælle deltage i søndagsmessen og ønsker, at I deltager som familie; men du foretrækker en hyggelig familiebrunch om søndagen. Måske kan I ikke finde den optimale løsning for alle. Prøv at finde en mellemvej, som tilgodeser alles behov.

Livsvarigt sakramente

Et ægteskab, som bliver indgået i Kirken, er mere end blot et almindeligt partnerskab mellem to mennesker. Et katolsk ægteskab er mere end summen af mand og kvinde. Gud er deltager. Jeres indbyrdes kærlighed kommer fra Gud, og I er derfor hver især ansvarlige for jeres partners oplevelse af Guds kærlighed. Det er et stort ansvar. Men I er ikke alene, for Helligånden vil hjælpe jer til at virkeliggøre dette smukke ideal. Nogle gange kræver det al jeres tålmodighed, overbærenhed og tilgivelse. Men ligesom I har

tillid til, at Gud tilgiver og tager imod jer i kærlighed, sådan må I også være villige til at tilgive hinanden. I er formidlere af Guds kærlighed uanset hvad. For ligesom I har tillid til, at Gud ikke svigter jer, ligesådan må din partner altid kunne have tillid til, at du ikke svigter.

Stol på hinanden og brug gerne bøn som en intim samtale med Gud som deltager. Prøv at vende problemer eller tvivlsspørgsmål med Gud i fælles bøn. Spørg jer selv, hvad Kristus ville have gjort i en given situation; det kan sommetider kaste et lidt andet lys på problemet.



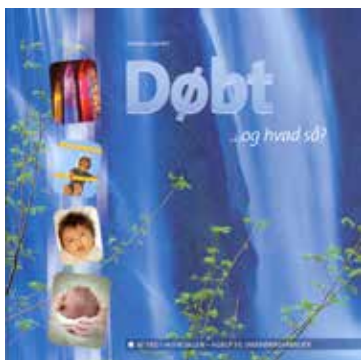
Brugen af symboler og ritualer

I vil giftes i Kirken og viser dermed, at I vil give plads til den kristne tro og den katolske praksis i hverdagen. Benyt jer af symboler og gør brug af ritualer. Måske vil I hænge et kors eller en ikon et centralt sted i hjemmet. Når øjet strejfer disse flere gange om dagen, minder det jer om Gud, der er med i jeres hverdag, netop fordi han blev menneske i Jesus Kristus. Mange katolikker bruger i forbindelse med f.eks. dåb og firmelse særligt indviende lys. Det samme gælder for årets fest- og helligdage, hvor nogle familier laver en påskehave til påske, samler æg eller i adventstiden samles omkring adventskransen. Til jul kan I opstille en julekrybbe.

Symboler og faste ritualer er vigtige redskaber, hvis I får børn, for de synliggør katolske værdier og traditioner. Symboler gør troen håndgribelig og er ofte en god indfaldsvinkel til at tale om den. Selv helt små børn vil gerne tale om religiøse emner. Gør derfor Gud og tro til et samtaleemne over køkkenbordet, så barnet helt fra begyndelsen møder troen i jeres hverdag.

Bed bordbøn og aftenbøn med barnet, og tal gerne sammen om dagens gang og udfordringer. Troen bør være nærværende og håndgribelig, for at jeres barn kan opleve familien som en lille kernemenighed, hvor det kristne liv leves i praksis. Du kan få et hav af idéer i bogen: "Døbt og hvad så? At tro i hverdagen – hjælp til småbørnsfamilier", som kan købes i Katolsk Webshop på www.pastoral.dk.

Bordbøn kan være en fast formulering eller en bøn, der tilpasses dagen og selskabet I kan f.eks. bruge denne bøn (flere bønner kan findes på www.vivilgiftes.katolsk.dk):



En bordbøn:

Velsign vort hus, velsign vort bord,
velsign den hele vide Jord,
og lær os med taknemlig ånd,
at tage alting af din hånd,
Gud Fader, Søn og Helligånd,
Amen.

Livsvarigt virksomt tegn

Jeres ægteskab er et sakramente i sig selv, et synligt tegn for jer, men også for jeres omgivelser. For de mennesker, I møder, er jeres samliv et kristent vidnesbyrd. I er et dagligt tegn på Guds kærlighed for hinanden. Og som ægtepar og familie er I et fingerpeg for jeres venner, kolleger og bekendte.

Selv når I optræder som enkeltindivider, er I jo stadig partnere i et ægteskab og er derfor repræsentanter for en familie, der har sine egne værdier og normer. Disse kan måske afvige fra den sammenhæng, I konkret optræder i. Jeres ægteskab er baseret på et løfte, I har afgivet under vielsen. Større forpligtelse findes ikke.

Som familie kan I spille en betydningsfuld rolle for andre mennesker. Vær enige om, hvordan jeres hjem og familie skal bruges. I har sikkert forskellige ressourcer og grænser for, hvor meget I kan engagere jer i f.eks. frivilligt socialt arbejde, børnenes skolegang, fester og gæster. Som kristne er vi villige til at hjælpe og dele med andre mennesker. Det handler ikke udelukkende om at dele penge og materielle goder, men også om menneskelig omsorg, venskab og tankegods.

Kristus sendte sine disciple ud i verden til at forkynde det glade budskab. Også I er sendt ud som ægtefæller til at forkynde og levendegøre det glade budskab i jeres egen



lille familie, for hinanden og for jeres børn. Ikke, at I skal belære hinanden om religiøse spørgsmål – langt fra! I forkynnder for hinanden gennem jeres gerninger og holdninger. Gør det samme over for jeres omverden, naboer og arbejdskolleger. I vort moderne samfund er det vigtigt, at kristne familier deltager i samfundsudviklingen. Det første skridt er, at de er sig bevidst at være kristne familier. Sådan vil jeres ægteskab være til velsignelse for jer selv, jeres børn, jeres familie og jeres samfund – et instrument for Guds vilje.

Når I kommer til undervisningen, så fremlæg resultatet af jeres hjemlige diskussioner omkring de to øvelser. Var I enige om alt? Og hvis ikke, hvad har I så aftalt?



Øvelse 1

1. Bliver søndagsmessen en naturlig del af jeres liv?
2. Vil I gå samlet i kirke eller ej? Hvor gamle skal børnene være, før du begynder at tage dem med i kirken?
3. Hvilke ritualer og symboler kunne I tænke jer at gøre brug af i jeres hverdag? Vil I f.eks. bede aftenbøn med børnene?
4. Har du overvejet at gå til skriftemål inden vielsen?
5. Beder I for hinanden og med hinanden?



Øvelse 2

1. Hvordan har I det med at jeres børn bliver katolsk opdraget?
2. Vil I sørge for at børnene lærer Fadervor og andre bønner udenad?
3. Hvilke katolske holdninger synes du er vigtige for samfundet?
4. Er der nogle af de værdier, I vil videregive til jeres børn, som går imod samfundets gængse normer? Hvordan kan I i så fald hjælpe børnene til at gå imod strømmen? Eller skal børnene have lov til ikke at skille sig ud i forhold til andre børn?
5. Hvordan vil I tackle det, hvis jeres teenagebarn ønsker at have kæresten overnattende?



*Modul 8:
Brylluppet*

Modul 8: Brylluppet

I dette modul gennemgår vi selve ritualet for vielsen. Her skal I tage stilling til, hvordan I ønsker vielsen struktureret. En af dagene op til selve vielsen bør I gennemgå en slags generalprøve, så alle ved, hvor de skal stå hvornår, og hvad de skal sige.

Snart skal I giftes! I glæder jer til den store dag, og det er kun godt. Det er vigtigt, at jeres bryllup bliver en smuk begivenhed, så I kan bekræfte jeres kærlighed over for Gud og over for jeres familie og venner. I vil sikkert sætte jeres eget præg på vielsen, så den afspejler jer; og der er god mulighed for at forme et bryllup inden for de rammer, som ritualet giver.

Læsningerne

På www.vivilgiftes.katolsk.dk finder I de læsninger, som normalt bruges til en ægtevielse. Det vil være helt naturligt, at det er jer, der vælger læsningerne. De er opført i tre afsnit (A, B og C). I kan vælge enten to eller tre læsninger. Har man tre læsninger skal én være fra Det gamle Testamente (afsnit A), én fra Det nye Testamente (afsnit B) og én fra evangelierne (afsnit C). Hvis man kun vælger to, skal man vælge én læsning fra enten afsnit A eller B samt én fra afsnit C. Læsninger fra afsnit A og B kan blive læst op af nogle af bryllupsgæsterne, mens evangeliet læses op af præsten.

Ritualet

Ritualet for brylluppet kan foregå efter forskellige modeller. Vielsen finder enten sted i forbindelse med en messe, hvor de katolske gæster går til alters, eller i forbindelse med en Ordets liturgi, hvor man hører de ovenfor nævnte læsninger. Til selve vielseshandlingen hører tilspørgelserne, som allerede er blevet gennemgået i modul 1, samtykket, hvor I erklærer, at I ønsker at blive den andens ægtefælle, at I vil være tro og elske og ære den anden, indtil døden skiller jer, og overrækkelsen af ringene, hvor I giver hinanden ringene på.

Præsten stadfæster jeres ægteskab ved at erklære det for gyldigt. Til slut vil der være en særlig velsignelse af jer. I sig selv er selve vielsen altså ikke særlig lang.



Hvis en af jer kommer fra et andet land, hvor der findes nogle særlige bryllupsritualer, der plejer at blive brugt i kirken, bør I tage det op med præsten.

Salmer og musik

Gør vielsen mere festlig og vælg salmer og musik, som I godt kan lide, og som passer ind i en gudstjeneste. Præsten eller stedets organist hjælper jer gerne med at finde egnede salmer.

I kan downloade teksten til vielsesritualet fra www.vivilgiftes.katolsk.dk.

Øvelse 1

Jeres samtykke erklærer I enten ved at svare 'ja' til præstens spørgsmål eller ved at udtale det selv. Måske har I ikke nerver til at stå og sige en hel sætning udenad (selvom præsten normalt vil holde ritualbogen for jer, så I evt. kan læse op); men det er smukt, hvis I lærer at sige samtykket udenad. Det er noget, I vil kunne gentage sammen eller hver for sig i forskellige situationer livet igennem. Prøv at lære følgende sætning udenad:

*Jeg N. jeg tager dig N. til hustru/ægtemand.
Jeg lover dig troskab i gode som i onde dage,
og jeg vil elske og ære dig,
indtil døden skiller os.*

Appendix



Tekst 1: Kolossenserbrevet, 3, 12-17.

Ifør jer da, som Guds udvalgte, hellige og elskede, inderlig barmhjertighed, godhed, ydmyghed, mildhed, tålmodighed. Bær over med hinanden og tilgiv hinanden, hvis den ene har noget at bebrejde den anden.

Som Herren tilgav jer, skal I også gøre. Men over alt dette skal I iføre jer kærligheden, som er fuldkommenhedens bånd. Kristi fred skal råde i jeres hjerter; til den blev I jo kaldet som lemmer på ét legeme. Og vær taknemlige. Lad Kristi ord bo i rigt mål hos jer. Undervis og forman med al visdom hinanden med salmer, hymner og åndelige sange, syng med tak i jeres hjerte til Gud. Hvad I end gør i ord eller gerning, gør det alt sammen i Herren Jesu navn, og sig Gud Fader tak ved ham!

Tekst 2: 1. Mosebog, 1, 26-31.

Gud sagde: »Lad os skabe mennesker i vort billede, så de ligner os! De skal herske over havets fisk, himlens fugle, kvæget, alle de vilde dyr og alle krybdyr, der kryber på jorden.« Gud skabte mennesket i sit billede; i Guds billede skabte han det, som mand og kvinde skabte han dem. Og Gud velsignede dem og sagde til dem: »Bliv frugtbare og talrige, opfyld jorden, og underlæg jer den; hersk over havets fisk, himlens fugle og alle dyr, der rører sig på jorden!« Gud sagde: »Nu giver jeg jer alle planter, der sætter frø, på hele jorden og alle træer, der bærer frugt med kerne. Dem skal I have til føde. Til alle de vilde dyr og til alle himlens fugle, ja, til alt levende, der rører sig på jorden, giver jeg alle grønne planter som føde.« Og det skete. Gud så alt, hvad han havde skabt, og han så, hvor godt det var. Så blev det aften, og det blev morgen, den sjette dag.

Tekst 3: 1. Mosebog, 2, 18-24.

Gud Herren sagde: »Det er ikke godt, at mennesket er alene. Jeg vil skabe en hjælper, der svarer til ham.« Så formede Gud Herren alle de vilde dyr og alle himlens fugle af jord, og han førte dem til mennesket for at se, hvad han ville kalde dem, og det, mennesket kaldte de levende væsener, blev deres navn. Sådan gav mennesket alt kvæget, himlens fugle og alle de vilde dyr navn, men han fandt ikke en hjælper, der svarede til ham.

Da lod Gud Herren en tung søvn falde over Adam, og mens han sov, tog han et af hans ribben og lukkede til med kød. Af det ribben, Gud Herren havde taget fra Adam, byggede han en kvinde og førte hende til Adam. Da sagde Adam:

»Nu er det ben af mine ben
og kød af mit kød.
Hun skal kaldes kvinde,
for af manden er hun taget.«

Derfor forlader en mand sin far og mor og binder sig til sin hustru, og de bliver ét kød.

Tekst 4: Efeserbrevet, 5, 21-33.

I skal underordne jer under hinanden i ærefrygt for Kristus, I hustruer under jeres mænd som under Herren; for en mand er sin hustrus hoved, ligesom Kristus er kirkens hoved og sit legemes frelser. Ligesom kirken underordner sig under Kristus, sådan skal også I hustruer underordne jer under jeres mænd i alt. Mænd, elsk jeres hustruer, ligesom Kristus har elsket kirken og givet sig hen for den for at hellige den ved at rense den i badet med vand ved ordet, for at føre kirken frem for sig i herlighed, uden mindste plet eller rynke, hellig og lydefri. Sådan bør også mændene elske deres hustruer som deres eget legeme. Den, der elsker sin hustru, elsker sig selv. Ingen hader jo sin egen krop, men nærer og plejer den, som Kristus gør med kirken. For vi er lemmer på hans legeme. Derfor skal en mand forlade sin far og mor og binde sig til sin hustru, og de to skal blive ét kød. Dette rummer en stor hemmelighed – jeg sigter til Kristus og kirken. Men det gælder også jer, at I hver især skal elske jeres hustru som jer selv, og hustruen skal have ærefrygt for sin mand.