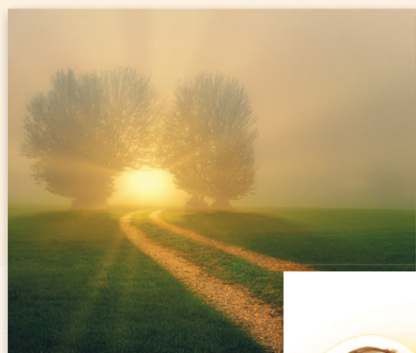


Oslo katolske bispedømme

Kjærlighet for livet

Ekteskapsforberedende kurs



KJÆRLIGHET FOR LIVET

Maria Elizabeth Fongen, p. Reidar Voith og p. Oddvar Moi:
«Kjærlighet for livet – ekteskapsforberedende kurs»

Imprimatur.

Oslo, 5. februar 2021

P. Oddvar Moi

Biskoppelig vikar for det kateketiske arbeide

Tidligere utgitt av Familiesenteret OKB i 2010 (ISBN 978-82-93125-00-6)

4. opplag © St. Olav forlag 2024

ISBN 978-82-7024-379-2

Illustrasjoner: pixabay.com | pexels.com

Kjærlighet for livet

Ekteskapsforberedende kurs

Innhold

Innledning	7
Kapittel 1	
Del 1: Kalt til ekteskap	11
Del 2: Ekteskap på tvers av tro og kultur	18
Kapittel 2	
Del 1: Skapt i Guds bilde	25
Del 2: Evige verdier i en ny tid	30
Kapittel 3	
Del 1: Elske og ære hverandre	39
Del 2: I gode og onde dager	45
Kapittel 4	
Del 1: De to skal være ett	53
Del 2: I livets tjeneste	58
Kapittel 5	
Del 1: Familie og huskirke	67
Del 2: Bryllupet	73
Lesetips	76

Innledning

Kjære dere to som nå forbereder dere til et liv i kjærlighet.

Snart velger dere hverandre én gang for alle til å være den viktigste personen i hverandres liv, og sammen grunnlegger dere et kjærlighetsfellesskap, en familie, som er helt deres egen. Vi som har utarbeidet dette ekteskapsforberedende kurset, ønsker at dere skal bli enda bedre kjent med hverandre og hverandres personligheter, og slik kunne vite enda bedre hva dere gjøre når dere gir hverandre deres «ja».

Hvorfor «må» dere gjennom et ekteskapsforberedende kurs? Å inngå ekteskap er et av de aller viktigste livsvalg. Den katolske kirke ønsker at dere skal vite mest mulig om hva dere går til og hvilket ansvar dere tar på dere. Dette ønsket gir seg utslag i denne obligatoriske forberedelsen før dere inngår ekteskap i Kirken, og forbereder dere til å svare på de tre ekstra og forberedende spørsmålene i vigselseremonien; a) at dere gifter dere uten tvang, frivillig og helhjertet, b) at dere lover å elske og ære hverandre hele livet igjennom og c) at dere er beredt til å ta imot de barn Gud måtte skjenke dere. Kirken ønsker at dere skal være best mulig rustet til å møte utfordringene et ekteskap innebærer, og vil også støtte dere med sin forbønn, for livet består av storm og stille, vanskeligheter og seire.

Temaene og innholdet i heftet er hentet fra Bibelen og Kirkens viktigste dokumenter om ekteskap og familieliv, og fra forskning og fagstoff om kommunikasjon og konfliktforebygging. Vi har lagt vekt på å forklare grundig hva Kirken sier om ekteskapet og hvorfor den sier det. Kurset blir dermed samtidig en miniinnføring i enkelte aspekter ved katolsk tro.

Oslo katolske bispedømmes ekteskapsforberedende kurs er ment å bestå av 4 eller 5 samlinger fordelt over flere uker. Det er fordi vi ønsker at dere skal ha tid til å arbeide

med deres eget parforhold underveis, og gå gjennom en prosess som styrker dere i deres kjærlighet og bevisstgjør dere i beslutningen om å leve resten av livet sammen.

Lykke til – med kurstiden og med livet som ektefeller! Vit at dere ikke står alene om oppgaven: Gud er med dere hele veien, i gode og i onde dager. Kanskje vil dere ikke alltid «føle» dette nærværet, men når dere innimellom ser dere tilbake, vil dere oppdage: «Jo, Gud var med oss», i helt konkrete situasjoner.

Dette heftet er en forkortet og revidert utgave av kursmaterialet med samme navn som ble utgitt i 2005 av bispedømmets Familiesenter, utarbeidet av P. Arne Marco Kirsebom SSCC, Maria Elizabeth Fongen, Elzbieta Schjetne og Ella Hygen, siden revidert i 2010. Bearbeidingen denne gangen er foretatt av Maria Elizabeth Fongen, p. Reidar Voith og p. Oddvar Moi.

Oslo, februar 2021
Kateketisk senter

1





DEL 1:

Kalt til ekteskap

*Gud sa at mann og kvinne
skal forlate sine foreldre og bli ett.*

(Jf. 1 Mos 1,27 og 2,24)

1. En dag ble dere mer enn venner. Dere erfarte en kjærlighet som dere forstod kunne vare livet ut – en villet, utholdende kjærlighet, uavhengig av følelser og sterk nok til å tåle motgang. Dere begynte å nære et ønske om å dele alt i livet og bli gamle sammen. Se dere et øyeblikk tilbake: Hvordan begynte det? Når var det dere begynte å forstå at kjærligheten mellom dere hadde potensial i seg til å bli et livsprosjekt? Ved å se på historien om hvordan dere ble et par, kan dere reflektere over hvilken rolle Gud har spilt i det at det ble nettopp dere to.

Bryllupet – symbol på Guds kjærlighet til menneskene

2. Dere har nå begynt forberedelsene til å feire bryllup. Bryllupsfesten er et helt sentralt symbol i kristen tro. Allerede den første boken i Bibelen starter med beretningen om hvordan Gud gir de to første menneskene, Adam og Eva, til hverandre som maker, og den siste boken – Johannes' Åpenbaring – ender med Lammets bryllup, hvor bruden, det nye Jerusalem – den universelle Kirke – kommer smykket ned fra Himmelen for å forenes med sin brudgom, Jesus Kristus. Det er betegnende at det aller første underet Jesus Kristus utfører, finner sted i et bryllup, i Kana i Galilea (Joh 2). Vi kan også trekke frem hvordan en av apostelen Paulus' vakreste tekster stiller opp Kristi kjærlighet til Kirken som et mønster for kjærligheten mellom ektefeller (Ef 5). I mange andre bibeltekster uttrykker Gud sin kjærlighet til menneskene som en brudgoms lengsel etter sin brud.

3. Gud bruker bryllupsbildet for å si oss noe om hvor høyt han elsker oss. Gud er kjærlighet av vesen, og i seg selv lever han et mysterium av personlig, kjærlig forening. Kjærlighet må deles – gis og mottas – for å ha mening. Dette skjer kontinuerlig i Treenighetens indre mellom Gud Faderen, Gud Sønnen og Gud Den Hellige Ånd.

4. Gud har skapt oss mennesker «i sitt bilde», med evnen til å elske slik som ham, ja, med et *kall til å elske*. Når dere nå som mann og kvinne ønsker å leve i livslang troskap, begynner dere på den store oppgaven det er å bli en levende gjenspeiling av Guds trofaste og absolutte kjærlighet til oss mennesker. Samtidig peker deres forening i kjærlighet frem mot den endelige og fullkomne forening med Gud, som hver og en av oss er på vei mot.

Ekteskapet som kall

5. I Den katolske kirke snakker vi gjerne om ekteskapet som et *kall*. Et kall er noe som «sies» til oss for at vi skal følge det. Et kall gir oss orientering og retning når vi tar viktige avgjørelser. Et annet ord for «kall» er «livsoppgave» – et overordnet formål vi føler en dyp trang til å bruke livet på.

6. Som kristne regner vi med at et kall kan komme fra Gud. Dette gjør vi ut fra overbevisningen om at Gud kan og vil si oss noe. Gjennom historien har Gud gitt seg til kjenne og talt til menneskene på mange måter og ved mange anledninger – gjennom patriarkene og profetene, og helt særskilt ved å bli menneske i sin Sønn, Jesus Kristus. Nå vil nok de færreste mennesker oppleve at Gud henvender seg direkte til dem, men vi kan likevel få øye på Guds plan ved å prøve å tolke vår situasjon i lys av hans budskap til menneskene, og ved å stille oss lyttende og åpne for Guds ofte uventede forslag.

7. Ekteskapet er villet av Gud «fra begynnelsen av», slik Jesus påpeker i Matteusevangeliet: «*Har dere ikke lest at Skaperen fra begynnelsen av skapte dem som mann og kvinne og sa: 'Derfor skal mannen forlate far og mor og holde fast ved sin kvinne, og de to skal være én kropp.' Så er de ikke lenger to; de er én kropp. Og det som Gud har sammenføyd, skal mennesker ikke skille.* (Matt 19,4) Siden tidenes morgen har kvinner og menn funnet det hensiktsmessig å leve i livslange, forpliktende forhold markert ved spesielle ritualer i ulike kulturer. Gud har latt mennesket forstå at den livsformen som best egner seg for å leve ut kjærligheten i dens videste, dypeste og mest fruktbare dimensjoner, er ekteskapet mellom én mann og én kvinne.

8. Den katolske kirke anser ekteskapet for å være et kall på linje med kallet til prestegjerningen eller ordenslivet. Alvoret i ansvaret dere tar på dere ved å ville leve som ektemaker er stort og krever grundig forberedelse.

9. I dette heftet innbyr vi dere til å se på ekteskapet ikke bare som en livsform dere to selv velger å gå inn for, men som en livsoppgave Gud byr dere. Dette gir et helt annetledes perspektiv på livet enn det som postmoderne samlivsmønstre, som samboerskap, seriemonogami, uforpliktende forbindelser, m.m. gir signaler om. Gud har en helt spesiell plan for dere to sammen. Han sår i dere en lengsel etter å knytte dere til hverandre og stifte familie sammen. Han lar dere få øye på at det er mulig å leve en kjærlighet som ikke svikter – å bli et tegn i verden på den uuttømmelige kjærligheten Gud elsker oss mennesker med. Han kaller dere til å leve i et forpliktende kjærlighetsforhold livet ut, uten forbehold av noe slag, og uten noen annen begrensning enn døden. Han foreslår for dere å satse ALT på hverandre og på en fremtid sammen. Kort sagt: Gud innbyr dere til å ta del i Hans altomfattende kjærlighetsprosjekt, der hvert eneste menneske har en oppgave å fullføre i sin egen samtid.

10. Å oppdage kallet til ekteskap er en prosess der dere ser inn i dere selv, kjenner på deres sterke og svake sider, finner ut av hvordan dere harmonerer med hverandre og hvilke felles mål dere kan enes om. Men det er i like stor grad en prosess der Gud deltar aktivt, og utfordrer dere til å våge å spørre Ham: – Herre, hva vil Du med våre liv? Hva er din plan for oss? Hvordan kan vi best oppfylle din vilje?

11. Gi dere god tid til å ta imot de svar Gud gjennom sin Hellige Ånd vil gi dere. Be sammen, hent inspirasjon i Den hellige skrift og oppsøk Kristus selv i Nattverdens og Forsoningens sakramenter så langt dette er mulig for dere. Det er også klokt å søke veiledning hos en prest dere har tillit til. Gud lar oss av og til vente litt lenger på svar enn vi setter pris på, noen ganger for å trene opp vår tro og vår utholdenhet, andre ganger for at alle nødvendige brikker i livspuslespillet skal få tid til å falle på plass. Etter hvert vil sikkerheten komme: «Vi to – vi kan gå løs på livet sammen!»

Ekteskapet er et sakrament

12. I Den katolske kirke ser vi på ekteskapet som et *sakrament* – et hellig, synlig tegn på en usynlig virkelighet, innstiftet av Jesus Kristus. Et sakrament er altså en nådehandling Kirken foretar i Guds navn, hvor Gud skaper den indre, egentlige virkeligheten, mens den ytre, synlige handlingen viser til denne samme guddommelige virkeligheten. Sakramentene er knyttet til livets etapper og grunnleggende veivalg –

gjennom dem gir Gud seg selv til det mottagende mennesket. Når vi mottar sakramentene i tro på at Gud virker gjennom dem, gir Han oss sin styrkende *nåde* – eller sin uuttømmelige kjærlighetskraft – tilpasset livets gang.

13. I ekteskapets sakrament blir dere som ektefeller forbundet med hverandre på den mest grunnleggende og uoppløselige måte. Deres tilhørighet til hverandre er en virkelig gjengivelse av selve foreningen mellom Kristus og Kirken. Ekteskapssakramentets *nåde* gjør deres menneskelige kjærlighet – som ofte kan være individualistisk og komme til kort – gradvis mer fullkommen. *Nåden* styrker den uoppløselige enheten mellom dere, og helliggjør dere på veien mot det evige liv (jf. *Katolske Kirkes Katekisme* [KKK], 1661).

Hva må til for å inngå et kirkelig gyldig ekteskap?

14. Gud ønsker at ektemaker skal gjøre hverandre lykkelige *på lang sikt, faktisk med evigheten som siktemål*. Kirken ønsker derfor at ekteskap skal inngås på best mulige forutsetninger. Da er det viktig å være fullt klar over hva Den katolske kirke mener med et ekteskap. Kort sagt er ekteskapet et permanent livsfellesskap mellom én kvinne og én mann, tuftet på ubetinget og gjensidig kjærlighet, respekt og trofasthet i gode og onde dager, livet ut.

15. Ekteskapet har to formål: Det første er å danne et personfellesskap med ektefellenes beste for øye – deres fysiske og psykiske forening i kjærlighet. Det andre er å unnfange og oppfostre barn. Ekteskapet trer i kraft ved brudefolkenes frivillige og gjensidige samtykke til å gi seg uforbeholdent til hverandre i nærvær av en kirkelig vigselmann og to vitner.

16. La oss se litt nærmere på hva dere lover hverandre i ekteskapsløftene. Se i Vigselsritualet (*som dere mottar/laster ned separat*). Der spør presten dere først om det er av uten tvang, frivillig og helhjertet dere kommer til Kirken for å inngå ekteskap. Han spør videre om dere vil leve som mann og hustru og elske og ære hverandre livet ut, og om dere med kjærlighet vil ta imot de barn Gud måtte skjenke dere, og oppdra dem i Kristi og Kirkens ånd. Kan dere svare ja på alt dette, gir hver av dere så det høytidelige løftet, der dere tar hverandre til mann og hustru, lover å elske og ære hverandre, være hverandre tro og bli hos hverandre i gode og onde dager, inntil døden skiller dere ad.

17. I tråd med innholdet i løftene dere skal gi hverandre, stiller derfor Kirken en del betingelser som må være på plass for å erklære et ekteskap gyldig:

- Fordi ekteskapet er ment som en total og eksklusiv kjærlighetsrelasjon mellom mann og kvinne, *må det ikke foreligge hindringer for at ekteskapet kan inngås – f.eks. et tidligere ekteskap som ikke er kjent ugyldig av kirkelig domstol.*
- Fordi kjærlighet i sitt vesen er noe man gir av fri vilje, følger det at kjærlighetsalliansen kvinnen og mannen inngår gjennom ekteskapet, *må skje frivillig og uten tvang, frykt eller ytre press fra noen person eller situasjon.*
- Fordi Gud «fra begynnelsen av» har ment at ekteskapet skulle være uoppløselig, *kan ikke mannen eller kvinnen hver for seg eller sammen oppløse ekteskapet, men må inngå det med forsettet om å være hverandre tro og bli hos hverandre inntil døden skiller dem ad.*
- Fordi hensikten med ekteskapet er at ektefellene skal gi hverandre sin hele og fulle kjærlighet, *krever tilslutning til ekteskapets enhet at paret er villig til å utelukke forhold utenfor ekteskapet og brud og brudgom må ha til hensikt å forbli trofaste mot hverandre livet ut.*
- Fordi ekteskapet er et livsfellesskap grunnlagt på kjærlighet, utgjør det den tryggeste rammen for barn å bli til og oppfostres i. Å gifte seg katolsk krever tilslutning til ekteskapets to mål: å danne et personfellesskap bygget på kjærlighet, og *være villige til å leve en fruktbar og ansvarsbevisst kjærlighet gjennom å ta imot de barn Gud måtte skjenke dere.*

18. Når en mann og en kvinne gir hverandre sitt ja på dette grunnlaget, med en av Kirkens geistlige, samt to vitner til stede, skaper Gud et uoppløselig ekteskapsbånd mellom de to. *Løftene* brud og brudgom gir hverandre – *samtykket* – er det som skaper ekteskapsbåndet. Ekteskapsbåndet kan bare oppheves ved at den ene av de to dør. Ingen jordisk instans, heller ikke Kirken, kan oppløse dette båndet. Derfor kjenner ikke katolsk tro til skilsmisse. I tilfeller der par ikke klarer å leve sammen på grunn av uutholdelig konfliktnivå, kan ektefellene flytte fra hverandre – separeres. Ekteskapet forblir likevel gyldig. Det er bare når én eller begge parter i utgangspunktet ikke var i stand til å inngå ekteskap, eller ikke gjorde det av fri vilje e.l., at et ekteskap kan erklæres å ha vært kirkelig ugyldig gjennom en kirkelig rettsprosess. *(Dere finner utdypende forklaringer av ekteskapets sakrament i pave Johannes Paul II's apostoliske formaning Familiaris Consortio, pkt. 11–16 og i hans Brev til familiene pkt. 6–11.)*

Tvil kan melde seg ...

19. De færreste føler seg 100 % klare til å gifte seg. Det er naturlig å stille seg spørsmål både om egne og kjærestens personlige forutsetninger for å mestre et helt liv sammen. Dette er en god form for tvil, som dere skal bruke aktivt til å se det forestående ekteskapet fra flere sider, og avveie motivasjonen dere stiller med, opp mot evnen til å ta vare på hverandre og på de barn dere måtte få. Kjenner dere på en sterkere tvil om hvorvidt dere virkelig bør inngå ekteskap med hverandre, snakk med betrodd personer, med presten eller kurslederne eller andre. Det ligger ingen skam i dette. Følgene av å inngå et ekteskap på sviktende grunnlag kan medføre mye lidelse for dere selv og deres nærmeste.

Et håp for ekteskapet deres

20. Dere har sannsynligvis mange drømmer og planer om hvordan dere ønsker å møte fremtiden som ektepar. Dette er et svært viktig forberedelsesarbeid. Det ruster dere til å fronte fremtiden med et felles blikk og med en felles målsetning. Det å ha klart for seg hvilke verdier dere vil bygge forholdet deres på, og hvilke drømmer dere vil forsøke å realisere sammen, er allerede en del av samkjøringsprosessen et livsvarig ekteskap er. Dere staker ut veien dere ønsker å gå. Som hjelp til å utforme en felles visjon for ekteskapet deres, kan dere stille dere følgende spørsmål:

- Er vi villige til å gi oss selv gjensidig og ubetinget til hverandre?
- Er vi i stand til å ta imot hverandre slik vi er?
- Hva vil vi med vårt ekteskap?
- Hvilke tanker har vi om å bygge en familie sammen?
- Hvor mange barn ønsker vi?
- Hvilke verdier er det viktigst for oss å holde fast ved?
- Hva skal vi leve av?
- Hva ønsker vi å være for andre mennesker?
- Hvordan kan vi hjelpe hverandre med å utvikle oss videre eller etterutdanne oss?
- Har vi spesielle saker vi brenner for og som vi vil arbeide sammen om?

Bønn

21. Som vi har sett i dette kapittelet, er ekteskapet helt fra begynnelsen av mer enn bare forholdet mellom en mann og en kvinne. Det er også et synlig og virkelig tegn på Guds kjærlighet til menneskene. Nå er ikke Gud den som trenger seg på. Han

har gitt oss en fri vilje, og overlater til oss å åpne oss for Ham eller ei. En av de mest effektive måter å åpne seg for Ham på, er gjennom samtale med Ham – bønn. Å be er å innta en spørrende og tillitsfull holdning til vår Skaper og Far, og tre inn i hans stille nærvær. Å be er bevisst å sette av tid til Gud i våre liv og la hans nåde berike oss. Det gir Gud handlingsrom i våre liv. Samtidig krever det stor tillit og åpenhet mellom to personer å bli enige om å be sammen. Har dere en slik tillit til hverandre? Klarer dere å være så åpne? Det vil kunne gi dere stor styrke.

22. En bønn kan være ytterst enkel. Dere trenger ikke å bruke utenat lærte bønner eller finne frem bønnebøker, selv om dette kan være et godt grep for å komme i gang. Når dere ber sammen, kan dere bruke helt spontane ord eller begynne med enkle bønner, f.eks. ved måltidene eller når dere opplever ekstra behov for hjelp. Å be er samtidig en barmhjertighetsgjerning – vi gir en person vårt hjertes oppmerksomhet når vi ber for ham eller henne. Tilsvarende svarer vi på Guds hengivenhet til oss hver gang vi bruker tid på å gi Ham vårt hjertes ømhet. Vi har alltid Kristi løfte på at Han selv er til stede når vi ber sammen: *«Der hvor to eller tre av dere er samlet i mitt navn, der er også jeg midt iblant dere.»* (Matt 18,20)

En bønn

23. Gud, vår Far, her er vi.

Vi elsker hverandre, fordi Du har lagt kjærligheten i våre hjerter.

Led oss i tiden frem mot vårt ekteskap,

så vi kan tjene hverandre stadig mer fullkomment,

og derved vise Deg vår takknemlighet. Amen.



DEL 2:

Ekteskap på tvers av tro og kultur

*Fra øst og vest og fra nord og sør
skal mennesker komme
og sitte til bords i Guds rike.*

(Luk 13,29)

24. Vår tids kommunikasjonsmuligheter har gjort det stadig vanligere å inngå varige kjærlighetsforhold over landegrenser og trosretninger. Dette innebærer alltid en utfordring. Forskjellene i tro og kultur kan skape store spenninger i et kjærlighetsforhold. I ekteskapet, som nettopp er forenende i dypeste forstand, har dere fått et særlig kall til å bruke forskjellene som en berikelse og søke en stadig større enhet dere imellom. Ekteskapets forenende natur, hvor kjærligheten er årsaken og grunnen til deres fellesskap, peker frem mot enheten Gud ønsker for hele menneskehetens store familie.

Trosforskjellige ekteskap

25. Vi kan dele ekteskap mellom katolikker og ikke-katolikker inn i to typer:

1. *Blandede ekteskap* når ektefellene kommer fra Den katolske kirke og et annet kristent kirkesamfunn, altså når begge er døpte.
2. *Ekteskap av ulik kultus*, eller religionsforskjellige ekteskap, når det er tale om ekteskap mellom en katolikk og en udøpt person, herunder også personer som ikke bekjenner seg til noen religion.

Siden mottagelsen av et sakrament krever at begge er døpt med kristen dåp, er ikke ekteskap mellom katolikker og ikke-døpte sakramentale.

26. En annen form for trosforskjellige ektepar man bør være oppmerksom på, er at en stor del av parene som gifter seg i Den katolske kirke i Norge består av en katolsk part som regner seg som troende kristen og en ikke-katolsk part som bare, eller i alle fall langt på vei, har et nominelt eller kulturelt forhold til sin kirke, og egentlig ikke tror på Gud. Av og til er det også par hvor begge nominelt er katolikker, men hvor den ene vil regne seg som ikke-troende eller har forlatt Kirken.

Betingelser

27. Den vanskeligste siden ved de nødvendige formalitetene angående ekteskapsinngåelse mellom katolikker og ikke-katolikker, er sannsynligvis regelen om at begge parter må bli opplyst om ekteskapets mål og dets grunnprinsipper – som vi listet opp tidligere – og at disse ikke kan utelukkes av noen av dem. For å få de nødvendige tillatelser til å inngå ekteskap med en ikke-katolikk, må følgende betingelser være oppfylt:

1. Den katolske part lover å være trofast mot sin katolske tro og at han/hun gjør alt for at ekteskapets barn skal bli døpt og oppdratt i den katolske tro.
2. Den ikke-katolske part må bli opplyst om denne forpliktelsen i god tid, slik at han/hun blir bevisst dens innhold.
3. Begge parter må underrettes om det katolske syn på ekteskapets vesen og formål, personfellesskap og barn, som ingen av dem kan utelukke.

28. Kirken hevder at det finnes grunnprinsipper som skaper det sanne og fullkomne bildet av ekteskapet. Som dere leste i forrige kapittel, gjelder disse grunnprinsippene først og fremst selve ekteskapets formål: Å fremme kjærligheten ektefellene imellom, forplantning og oppfostring av barn, samt vesentlige elementer ved ekteskapets natur: enhet, uoppløselighet og, for de dømte, sakramentalitet. Dersom en av partene avviser de grunnleggende prinsipper som gjelder for ekteskapets natur, kan ikke paret gifte seg i Kirken. Dette kan oppleves som meget sårt eller vanskelig for den katolske part, men i noen tilfeller vil det være riktigere å la være å inngå et katolsk ekteskap.

29. Det er viktig å kunne være enige om de samme grunnleggende mål når dere har til hensikt å danne et livsfellesskap. Bruk god tid på å snakke ordentlig om dette, og på å sette dere inn i hva dette vil bety rent praktisk for dere. Katolikkens messeplikt på søndager og trosundervisning for barn i skolealder vil f.eks. legge en del føringer på familielivet, som dere sammen må finne gode løsninger på. Det kan være avgjø-

rende for hele deres ekteskap om dere i forlovelsestiden har diskutert åpent og ærlig deres syn på ekteskapets natur i forhold til deres tro og livssyn. Finn frem til ordninger som ivaretar begge parter rett til å utøve sitt trosliv og sitt oppdrageransvar. Spør gjerne en prest om råd.

Å leve i enhetens tegn

30. Selv om ekteskap på tvers av trosmessige skillelinjer kan by på enkelte ekstra utfordringer, har de også muligheten i seg til å leves svært konstruktivt, som et pionerarbeid i å bygge bro over trosforskjeller med praktisk kjærlighet. Ekteskap mellom katolikker og andre kristne kan ha meget stor økumenisk verdi, særlig når begge ektefeller er trofaste mot sine religiøse forpliktelser. Dåpen, som begge har felles, sammen med Guds nåde, gir grunnlaget for deres enhet og deres etiske og åndelige verdier. I ekteskap mellom en katolikk og en ikke-kristen vil gjensidighet og respekt kunne leves forbilledlig, på måter som gjør inntrykk på andre, danner mønster til etterfølgelse, og som på sikt kan lede til økt tilnærming mellom religionene eller mellom forskjellige livssyn.

Økumenikk i praksis

31. Å gjenopprette kristen enhet er et arbeid vi alle er kalt til å utrette, på hverdagsbasis. Et første steg på veien går ut på å anstrenge seg for å unngå uttrykk, vurderinger og handlinger som ikke gjengir andres tro på en sann og rettferdig måte. Et neste steg er å gå inn i en oppriktig dialog for å bli bedre kjent med hverandres tro og læresetninger. Fremfor alt er felles bønn viktig. Bønn – det å være samlet i Jesu Kristi navn – er et uttrykk for kjærligheten som driver den økumeniske bevegelse, et uttrykk for båndene som allerede nå binder de troende fra forskjellige kirkesamfunn sammen.

Tverrkulturelle ekteskap

32. Fra våre oppvekstmiljøer får vi med oss begrepsapparater og atferd som sier mye om vår identitet, hvilke verdier som er viktige for oss og hvordan vi forholder oss til andre. Vi tilhører alle en rekke kulturer som gir oss beskjed om hva som er passende, normalt og forventet. Dette gjelder ikke bare nasjonalitet, etnisitet, språkgruppe eller tradisjoner, men også kulturer for generasjonstilhørighet, funksjonsevne, sosial bakgrunn, kjønn, politisk eller religiøs tilhørighet, m.m. Innenfor en kultur vet man

nærmest ubevisst hva som forventes av opptreden, hva som er akseptert eller ikke. For utenforstående er det ikke så lett å få øye på disse innforståtte kodene.

33. Ekteskap på tvers av kultur **kan** by på ekstra utfordringer, men dersom dere er bevisst på å bygge opp en størst mulig enhet dere imellom, trenger det ikke å bli vanskelig. Noen typiske stressfaktorer er gjengangere:

- Språkbarrierer (begrenset ordforråd, noen må ofte kommunisere på et tredje språk – dette reduserer begges evne til å forstå og forklare seg)
- Familiens motvilje mot ekteskapet (fordommer, kritikk, utfrysning)
- Kulturbetingede holdninger (til kjønn, relasjoner, barneoppdragelse, sosial omgang)
- Motvilje fra venner og bekjente (rammer ofte hardere enn foreldres negative holdninger)
- Å flytte og bosette seg langt fra hjemlandet (savn, fremmedgjøring, ensomhet)
- Å feire dobbelt sett med høytider, eller å måtte forene forskjellige måter å feire samme høytid på

34. Det finnes mestringsstrategier å ty til. Nøkkelord er:

- å øve opp *kommunikasjonsferdigheter*
- å bygge opp en *likeverdig dialog*
- å skaffe seg *kulturkompetanse*
- å fokusere *mer på det som forener* enn på det som skiller, å *arbeide for felles mål*
- å hente *støtte i nær familie og vennekrets, i egen tro og i humor*

35. Å kunne kommunisere godt er vesentlig. For å bygge opp et fellesskap er det helt nødvendig å kunne snakke sammen og «lese» hverandres ordløse budskap. Særlig det dere sier til hverandre uten ord – gjennom kroppsspråk, kjærtegn og gode handlinger mot hverandre, vil være viktig dersom dere ikke snakker samme språk. Likeså det å vite når dere bør tie og la den andre få fred til å tenke.

36. Å lære hverandres språk og sosiale koder er den beste investeringen dere gjør. Ofte tar vi det for gitt at den som kommer fra utlandet til Norge er den som må gjøre hovedinnsatsen. En mest mulig likeverdig innsats, hvor dere begge anstrenger dere for å lære hverandres språk stadig bedre, vil gi enda større uttelling. Det tar nemlig

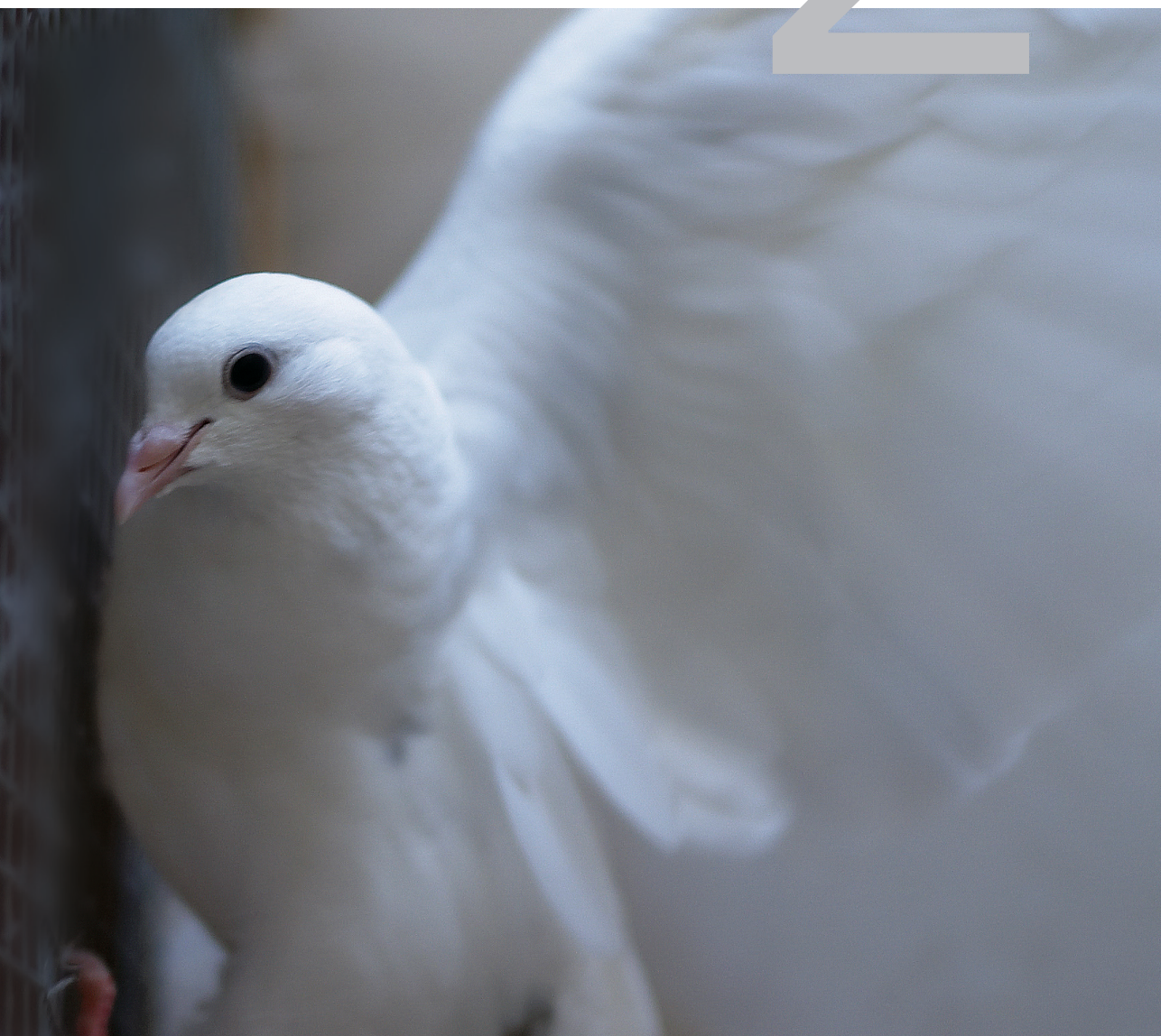
lang tid å lære et språk godt. Særlig våre innerste tanker er vanskelige å oversette og uttrykke. Ha tålmodighet med hverandre og finn forskjellige måter å tilegne dere språkene på.

37. Videre er likeverdig dialog og gjensidig vilje til å sette seg inn i hverandres kultur viktig: at begges synspunkter lyttes til og får telle, og at begge aktivt viser interesse for ektefellens kulturelle bagasje. Besøk hverandres land og familier så langt det er mulig. Bli kjent med musikk, matretter, kunst og litteratur, tradisjoner, osv. I tillegg til at det gir kunnskap om den andres bakgrunn, gjør det begge ofte mer bevisst på egen kulturarv, og kan gi dere lyst til å lære mer om egne røtter.

38. Av og til er det nødvendig å få hjelp til å mestre et interkulturelt ekteskap. Dette kan man få hos familierådgivere, i faglitteratur eller hos familie og venner. Dessuten bekrefter samlivsforskning at religiøs tro er en svært viktig ressurs som gir styrke til å mestre også de vanskeligere sider ved ekteskapelig samliv.

**Se oppgaver og ressurser til dette kapittelet
på Kateketisk senters nettsider.**

2





DEL 1:

Skapt i Guds bilde

*Og Gud skapte mennesket i sitt bilde,
i Guds bilde skapte han det.*

(1 Mos 1,27a)

39. I Bibelens første kapittel møter vi overbevisningen om at mennesket er skapt som mann og kvinne i Guds bilde. Dette spiller en helt sentral rolle for den religiøse forståelsen av ekteskapet. At mennesket er skapt i Guds bilde, betyr at Gud har gitt det en egen verdighet i skaperverket. Mannens og kvinnens spesifikke egenskaper gjør dem i stand til å leve i en gjensidig utfyllende, berikende og fruktbar enhet.

Ekteskapets teologi

40. I begynnelsen av Det gamle Testamentet finner vi to forskjellige skapelsesberetninger; begge forteller oss at rollen Gud har gitt mennesket er helt spesiell og forskjellig fra alle andre skapningers. Mennesket kan sies å være satt mellom Gud og skaperverket. Det er kalt til å formidle Guds nærvær til skaperverket ved å være skapt i Guds bilde. Skaperverket bør «få øye på» Gud i menneskets måte å tjene skaperverket på. Derfor er mennesket gitt et særskilt ansvar i skaperverket, og skaperverkets ve og vel avhenger av menneskets evne til å leve i pakt med billedligheten det har mottatt fra Gud.

41. Mennesket er skapt til mann og kvinne. Billedligheten med Gud blir synlig i mannen og kvinnen, men også i mannen og kvinnen som par. Bildet blir på en særskilt måte synlig når mann og kvinne kommer sammen og unnfanger et barn. Her møtes Guds skaperkraft med skaperverket. Når en mann og en kvinne finner hverandre og ønsker å gifte seg og dele livet med hverandre, kan de i troen spørre seg om ikke Gud har ført dem sammen på underfullt vis. De kan føle det som om de er

«skapt for hverandre». At ekteskapet er et sakrament i Den katolske kirke, betyr at de to blir til et tegn på Guds frelsende kjærlighet for hverandre. Den kjærligheten de viser hverandre bør peke ut over dem selv til Gud. Deres kjærlighet kommer ikke bare fra dem selv, men er grunnlagt i Gud. I et menneskes kjærlighet til oss møter vi også Guds kjærlighet.

42. Men ektefellene er ikke bare kalt til å leve for hverandre. De skal også gjøre det overfor de barn Gud skjenker dem i ekteskapet. Foreldrene er kalt til å være barnets første og fremste kontakt med troen og med Gud. Gjennom foreldrenes kjærlighet til barnet og deres eksempel, skal troen vokse i barnet. Som troende ser vi på Gud som opprinnelsen og kilden til all kjærlighet. Kjærligheten er Guds sentrale egenskap, og alt Han gjør og er, er begrunnet i kjærlighet. Da Gud skapte mennesket i sitt bilde, var det derfor naturlig at Han gav oss evnen til kjærlighet, til å elske. Skapelsesberetningen forteller oss at mann og kvinne henger sammen på en dyp måte, at de har en særskilt plass i skaperverket sammenlignet med alle andre skapninger, og at de skal finne sammen som ektepar.

Hvem er du? Hvem er jeg? Identitet og enhet

43. Underveis i livet vil vi stadig erfare at vi er i forandring. I denne utviklingsprosessen vil en del grunnleggende spørsmål dukke opp: *Hvem er jeg? Hvorfor er jeg her, nå? Hvor går jeg hen? Hva er meningen med livet? Hvordan kan jeg oppnå det evige liv?* Disse spørsmålene kan føre oss inn i en dialog med Gud, da Han har nøkkelen til dem. Det er viktig at dere deler tanker rundt disse spørsmålene med hverandre, for disse spørsmålene handler ikke bare om dere som enkeltmennesker, men i like stor grad om dere som par.

44. Hver av dere er et univers, en uoppdaget verden, med en helt spesiell fortid. Gjennom oppveksten har dere fått overlevert familietradisjoner, verdier og omgangsformer som preger hvordan dere tenker, snakker og handler. Familiebakgrunnen deres har stor betydning for hvordan dere kommer til å samhandle med hverandre. Det er viktig at dere kjenner til hverandres forhistorie, og kan fortelle hverandre åpent både om gode og om vanskelige opplevelser. Gjør dere godt kjent med hverandres svigerfamilier og vennekrets. Dette vil øke forståelsen deres for hva som har preget ektefellen, og det vil gi dere innblikk i hvordan fremtiden sammen kan komme til å arte seg.

Forskjellenes gylne potensial

45. Dere er mann og kvinne, hver av dere med egenskaper som er karakteristiske for deres bestemte kjønn, både rent fysisk, og i tanke- og følelsesliv. Nettopp de feminine og maskuline særtrekkene skaper den naturlige spenningen og tiltrekningen mellom mann og kvinne. La dere fascinere av forskjellene; utforsk og oppdag hvordan forskjellene deres kan gi dere et mer utfyllende, utvidet perspektiv. Bruk hverandres innsikt og reaksjonsmønstre til å lære noe om dere selv, og til å finne nye måter å uttrykke dere på som mennesker, til å bli *mer menneske*. I et ekteskap handler det om å godta at dere er forskjellige, og bruke forskjellene på en konstruktiv måte til beste for deres enhet og fellesskap.

Skapt til likeverd

46. Kristendommens syn på hvordan kjønnsforskjeller best kan takles, ligger i begrepet *likeverd*. Gud har «designet» mennesket som mann og kvinne, som personer med forskjellige egenskaper og roller, men *like nødvendige for hverandre og for menneskeslektens fortsettelse*. Helt fra begynnelsen av har Gud ment at mann og kvinne skulle være *maker – likeverdige partnere*, med alle de rettigheter som tilhører den menneskelige person. Kristus underbygget dette likeverdige synet på menneskene, og Paulus skriver i brevet til galaterne: «Her er ikke jøde eller greker, her er ikke slave eller fri, her er ikke mann og kvinne. Dere er alle én i Kristus Jesus.» (Gal 3,28) Kristus frigjør alle mennesker fra de lenker kjønn, etnisitet og sosial status forårsaker, og gjenoppretter deres likeverd som *mennesker skapt i Guds bilde*. Som kristne er vi forpliktet til å ta et oppgjør med kulturelle mønstre som nedvurderer personer ut fra deres kjønn, som f.eks. machokulturen vi finner i mange varianter, og feminismeformer som legger menn for hat. I stedet bør vi arbeide for å fremme den gjensidige respekten mellom kjønnene.

Har jeg funnet «den rette»?

47. Dette spørsmålet vil dere helt sikkert stille dere hver for dere. Vi anbefaler dere som spør slik å snu spørsmålet på hodet: – *Er jeg villig til å være den rette for min elskede?* Med dette utgangspunktet vil det være enklere å forstå at dere kan *bli* den rette, i en langsom prosess, der dere gradvis og frivillig *forandrer på dere selv* for å passe best mulig sammen med kjæresten, istedenfor å kreve av kjæresten at det er hun eller han som skal tilpasse seg. Det handler om å bryte med inngrodde vaner, bygge opp positive tilnæringsmåter, se på mulighetene dere bærer i dere. Vri fokus

fra et kritisk blikk på din kommende ektefelle til et konstruktivt blikk på deg selv i samspill med forloveden. Målet er å gjøre hverandre lykkelige.

48. Mediene mater oss daglig med myten om «det perfekte par», som alltid ser friskt og opplagt ut og har grenseløs suksess. Men det er helt andre målestokker dere bør bedømme hverandre etter: Er kjæresten min et varmt og kjærlig menneske? Deler vi verdisyn? Hva kan vi tilføre hverandre på et åndelig plan? Verdsetter kjæresten min meg som en hel person, eller blir jeg nettopp bedømt ut fra ytre forhold (utseende, status, økonomi)? Er hun/han ansvarsfull og omtenksom? Hva skal vi gjøre sammen om 20 år? Om 40? Sannheten om dere som par ligger i hjertene deres, ikke om dere har suksess i arbeidslivet, vakkert utseende eller god økonomi. Dere blir det perfekte par i den grad dere gir generøst av dere selv.

Hvordan blir to individer ett?

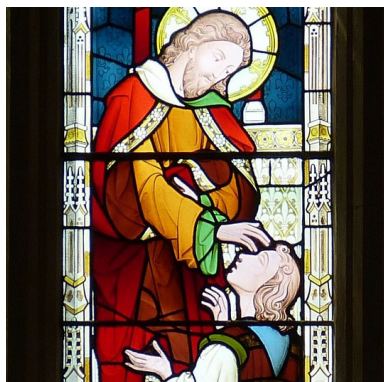
49. Et mål med ekteskapet er å vokse til en enhet, bli ett. Selvfølgelig har dere begge hver deres egenart – særskilte begavelse, forskjellig temperament, osv. Utfordringen er å la dette virke berikende for deres samliv i stedet for splittende. Å gi rom for hverandres særtrekk og slippe ned ens egne skarpe kanter er én strategi. Ektefeller som har levd et helt liv sammen, ligner ofte overraskende mye på hverandre! Dette forteller oss at to vidt forskjellige personer gjennom mange års deling av erfaringer, hendelser, vaner og uvaner, interesser og verdier er blitt ett på mange områder. Personlighetene deres har vokst seg sammen, og ut av deres kjærlighetsfellesskap er det vokst frem en indre sone der de tenker og handler som en enhet. Det er dette scenariet vi unner dere å oppleve. Tenk langsiktig – ha som mål å bli gamle sammen. Å bli ett handler ikke om å viske ut personlighetene deres, men om å tilpasse dem til hverandre på en jevnbyrdig, respektfylt måte.

50. Hvordan kan to individer danne et personfellesskap grunnlagt på kjærlighet? Hvordan kan de bli ett i handling og sinnelag? Hvordan finner man frem til *den ekteskapelige enhet*? Strategiene dere kan ta i bruk for å lykkes med et så stort prosjekt er mange. Her vil vi oppsummere noen veier å gå:

- Ha som utgangspunkt at dere nå skal skape en ny fremtid sammen; ikke forbli låst i gamle handlingsmønstre og vaner fra tiden før dere giftet dere.
- Opprett egne ritualer; felles spilleregler innad, felles front utad.
- Dyrk felles interesser og hobbyer.

- Bruk evnene Gud har utstyrt dere med i samspill med deres gode vilje. Tenk som et team: Tjen fellesskapet ved å trekke på hverandres utfyllende evner.
- Se på hverandre med Guds øyne, med hans velvilje: Anerkjenn den andre som uendelig verdifull; forsøk å gjenkjenne Kristus i hverandre.
- Del med hverandre tanker og følelser av religiøs og filosofisk natur. Å kunne kommunisere godt om deres indre skattkamre er en investering for livet.
- Oppgi egne kjepphester som i lengden kan komme til å slite på deres fellesskap.

51. Gjennom deres felles vilje til å realisere deres livsprosjekt sammen, gjennom Den Hellige Ånds gave som blir gitt dere i vielsen, vil dere dag for dag gjøre fremskritt på veien mot en stadig rikere enhet dere imellom, på alle nivåer – kroppens, personlighetens, hjertets, intelligensens, viljens og sjelens enhet. Slik blir dere selv et levende bilde på Treenighetens kjærlighetsforhold.



DEL 2:

Evige verdier i en ny tid

*«Elsk Herren din Gud,
gå på hans veier og hold hans bud.»*

(Jf. 5 Mos 30,16)

52. Gud har skapt alt i uendelig godhet. Han har skapt oss mennesker med fri vilje, og ønsker inderlig at vi skal velge det gode, men han gir oss friheten til å ta våre egne valg, også til å velge det som er galt – det som kan skade oss selv eller andre, åndelig eller materielt. Når vi handler i strid med godhetens lov, er det fordi vi er skadet av det vi kaller arvesynden, menneskets første overtredelse av Guds bud, ved tidenes begynnelse, i det vi kaller *syndefallet*. Opp gjennom historien forsøker Gud så å fortelle oss mennesker hva vi må gjøre for å leve i pakt med Hans godhet. Med sitt eget liv viser Jesus Kristus, Guds egen Sønn, oss nestekjærlighetens vei. Guds evige lov, sammen med naturloven, de gammeltestamentlige budene og evangeliets nye lov og råd er gitt oss for å hjelpe oss å velge det gode, både som enkeltmennesker og med tanke på fellesskapet vi er del av.

Menneskets syndefall

53. I Første Moseboks kapittel 3, vers 1–24 blir syndefallet beskrevet. Syndefallet er menneskenes brudd med Gud, men også et brudd menneskene imellom. Den gamle teksten beskriver i 1 Mos 2 og 3 situasjonen før og etter syndefallet. Livet i enhet med Gud i hagen er nå bare en fjern mulighet som mennesket en gang hadde. Bruddet er endelig, og berører menneskenes forhold til Gud, og til andre mennesker og resten av skaperverket. Mannens og kvinnens likeverd lider også skade.

Hva er synd?

54. Når vi leser om syndefallet, ser vi at menneskets opprinnelige synd i hovedsak besto i *ulydighet*. I sin samvittighet og med sin frie vilje vendte mennesket seg bort fra Gud, forkastet Guds suverenitet og krevde å skille mellom godt og ondt på et selvstendig grunnlag.

55. Den ytterste konsekvens av synd er evig død, evig atskillelse fra Gud. Dette ønsker Gud for enhver pris å bevare oss fra. Han sender derfor sin Sønn, Jesus Kristus, for å vise oss lydighetens, sannhetens og godhetens vei. Kristus overvinner døden nettopp ved sin totale lydighet til Faderen. I beretningen om den rike unge mannen forklarer Jesus hvilken tett forbindelse det er mellom det evige liv og lydighet mot Guds bud. Han sier til mannen: «*Men vil du gå inn til livet, så hold budene*» (Matt 19,17).

Eviggyldige moralnormer

56. Det er viktig at vi forstår hvordan vi tar valg i livet og hvordan vi handler – mot oss selv og mot andre. Det finnes en naturlig, medfødt morallov som er nedfelt i alle, en visshet om hva som er godt og ondt, som ethvert menneske kan komme frem til ved hjelp av fornuften. Vi ser det i likhetstrekkene mellom normene vi finner i en rekke ulike kulturer. Dette er et uttrykk for menneskenaturen som er villet av Skaperen og vi kaller det ofte naturloven.

57. Den katolske kirke understreker at vår tro krever lydighet til Guds bud. Denne lydigheten er ikke alltid lett. Som et resultat av arvesynden og djevelens medvirkning, blir mennesket stadig fristet til å vende sitt blikk bort fra den levende og sanne Gud, for i stedet å rette det mot avguder, og slik bytte sannheten om Gud med en løgn.

58. Det er også en sammenheng mellom hvordan vi praktiserer moralloven som individer og som samfunn. Et samfunn som på den ene siden fastholder verdier som menneskeverdet, rettferdighet og fred, men på den annen side tillater eller tolererer at menneskelivet nedvurderes eller krenkes på en rekke måter, særlig der det er svakt eller marginalisert, undergraver seg selv.

De ti bud

59. Gud stiller opp for menneskene levereregler – *De ti bud*. Dersom disse brytes, får det svært negative konsekvenser for den som handler og dem handlingen går utover.

Det er temmelig opplagt at det å drepe, stjele eller bryte ekteskapet er alvorlige krenkelser av andre menneskers integritet og domener.

60. De tre første budene viser oss viktigheten av å erkjenne Gud som menneskets eneste overhøyhet. De syv neste budene understreker betydningen av ikke å gjøre noe som kan skade relasjonene til våre medmennesker eller oss selv. Budene lyder i kortform slik:

1. Jeg er Herren din Gud, du skal ikke ha andre guder enn meg.
2. Du skal ikke misbruke Herren din Guds navn.
3. Du skal holde hviledagen hellig.
4. Du skal hedre din far og din mor.
5. Du skal ikke slå i hjel.
6. Du skal ikke bryte ekteskapet.
7. Du skal ikke stjele.
8. Du skal ikke vitne falskt mot din neste.
9. Du skal ikke begjære din nestes kone.
10. Du skal ikke begjære noe som hører din neste til.

61. Guds bud er en sammenfatning av våre forpliktelser overfor Gud og medmennesker, og viser mennesket Livets vei; hva det må gjøre for å bevare sitt eget og andres jordiske liv og nå frem til det endelige mål – *evig liv i samfunn med Gud*. De utgjør grunnbetingelsen for kjærlighet til vår neste, og er et første steg på veien til virkelig frihet. De er gyldige til enhver tid. Dersom dere ønsker en grundigere forklaring av hvert enkelt bud, anbefaler vi dere å lese enten *YOUCAT*, pkt. 348–468 eller *KKK*, pkt. 2052 – 2557.

62. I *Bergprekenen* (Matt kap. 5–7) og ved en rekke andre anledninger – særlig ved sitt eget liv – gir Jesus menneskene det nye budet om kjærlighet. Dette budet går ut på å elske Gud av hele sitt hjerte og den neste som seg selv. I Jesu beskrivelse av den siste dom (Matt 25,31–46), gir han eksempler på når vi har handlet i nestekjærlighet og når vi har unnlatt å gjøre det, og at det vi på den ytterste dag vil dømmes etter, er kjærligheten vi har vist våre medmennesker. Slik bekrefter og fordyper Kristus De ti bud. Alt Kirken lærer i moralspørsmål tar utgangspunkt i Guds lov – naturretten, De ti bud og nestekjærlighetsbudet som Jesus formulerte i Det nye testamente.

Når troen og verdens oppfatninger kolliderer

63. Som mennesker i verden påvirkes vi av våre omgivelser. Vi lever i en gitt historisk epoke, der tidsavhengige samfunnssyn og tankestrømninger råder. Noen gagner oss, andre er i strid med Guds Ånd og vår menneskelighet. Enkelte strømninger skader eller reduserer vårt menneskesyn mer enn andre. Her har særlig *materialismen* og *utilitarismen* gjort seg skyldige i å utslette eller fordreie gudsbildet i mennesket, og banet vei for holdninger som gjør mennesket til en bruksgjenstand, mens *relativismen* har brutt ned folks erkjennelse av at det finnes leveregler som er objektive, absolutte og gyldige for alle.

64. Kristne vil oppleve at Jesu bud om kjærlighet til vår neste ofte vil møte motstand fra gjengse holdninger ute i samfunnet. Noe av sprengkraften i troen på Jesus Kristus er nettopp å vise med våre liv hvordan vi kan skape rom for mer kjærlighet i våre relasjoner og i våre samfunnsstrukturer. Det vil kreve mot til å gå mot strømmen.

Samvittigheten og Guds Lov

65. Gud har fra opphavet av utstyrt mennesket med samvittighet, med evnen til å reflektere over graden av godhet i sine tanker, ord og handlinger. *Vårt menneskeverd ligger i det å lytte til samvittigheten og følge den.* Den er «menneskets mest hemmelighetsfulle kjerne og helligdom, der det er alene med Gud, hvis stemme gjenlyder i dets dyp». (Det annet Vatikankonsils dokument *Gaudium et spes*, 16.)

66. *Samvittigheten vår er altså uløselig bundet til Gud.* Det er en alvorlig misforståelse å tro at menneskets samvittighet er uavhengig av Gud. Innerst inne vil det alltid være Gud som taler til oss, uansett hvilke omstendigheter vi lever under. Men: *Samvittigheten kan ta feil.* Det er ikke slik at vi blir født med en fiks ferdig samvittighet – den må læres opp, opplyses. Hele livet gjennom må vi derfor bry oss om å søke sannhet og rett aktivt, skaffe oss kunnskap og gi oss selv tid til å avveie våre tanker, ord og handlinger i lys av Guds lov.

Hva er sannhet?

67. For at vår samvittighet skal kunne velge Guds vei, må vi lære oss å se forskjell på sant og usant, godt og ondt. Når vi definerer noe som sant, må vi ha en absolutt standard å gå ut fra, akkurat som meterens nøyaktige lengde er fastsatt ut fra meterstandarden i Paris. Gud – som av vesen er Kjærlighet – stiller seg selv opp som definisjonen på sannhet. Kristus omtaler seg selv som «veien, sannheten og livet»

(jf. Joh 14,6), og Den Hellige Ånd omtales som «Sannhetens Ånd, som går ut fra Faderen» (Joh 15,26). Den treenige Gud er dermed den sikre målestokken for all sannhet, Ham vi må vurdere alt opp mot i vår søken etter sannhet. Dette innebærer en enorm lettelse for mennesket, som dermed slipper å forholde seg til menneskelige sannhetsmålestokker som er i stadig endring, alt etter tid og sted.

Frihet og ansvar

68. Gud har fra Skapelsen av utstyrt mennesket med fri vilje. Det betyr at vi selv styrer våre handlinger. Vår frihet når sin fullkommenhet når den er rettet mot Gud, som er vårt endelige mål. Underveis innebærer dette muligheten til å velge mellom det gode og det onde, dvs. enten vokse i fullkommenhet eller feile og dermed synde. Jo mer vi velger det gode, jo friere blir vi. Å velge ulydighet mot Gud, fører oss til «syndens trelldom», til å bli slaver for ondskapens strukturer.

69. Frihet gjør at mennesket er ansvarlig for sine handlinger *når de er bevisst villet*. Vår frihet gir oss ikke rett til å si eller gjøre alt vi vil. Den må veies opp mot Guds vilje og våre medmenneskers beste. Fullkommen frihet betyr fullstendig frihet fra synd. Jo mer lydhøre vi er for Den Hellige Ånds inspirasjon, jo større blir nådegaven vi mottar i form av en indre frihet som gjør oss trygge i prøvelser.

Den Hellige Ånd – hjertenes lys

70. Like før Jesus døde og oppsto, lovet Han apostlene å sende dem sin Hellige Ånd. «Det er det beste for dere at jeg går bort. For dersom jeg ikke går bort, kommer ikke Talsmannen til dere. Men når jeg går bort, kan jeg sende ham til dere.» (Joh 16,7) Pinse-dagen lot Gud sin Hellige Ånd komme som stormsus og ildtunger over apostlene. De var samlet i nattverdsalen, redde og mismodige. På et øyeblikk ble de forvandlet til modige talsmenn for Kristus; de åpnet alle stengsler og ga seg til å oppfordre alle de tilreisende i Jerusalem til å vende om og la seg døpe. På underfullt vis kunne hver enkelt forstå apostlene på sitt eget språk, enten de var arabere, kretere eller romere ... (jf. Apg 2,1–13). 3000 mennesker lot seg døpe denne dagen, da de forstod at den Jesus som snaue to måneder før var blitt korsfestet, ikke var noen annen enn Herren selv, den lovede Messias.

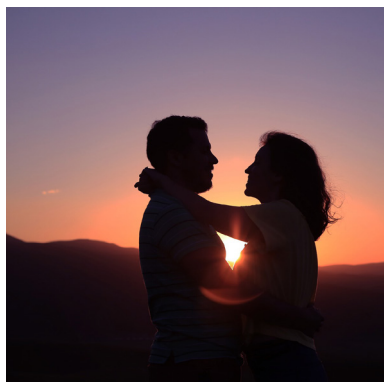
71. Gjennom Dåpens og Konfirmasjonens sakrament, blir også vi utrustet med Den Hellige Ånd. Dette er en gave Gud gir oss, og vi må selv ønske å åpne oss for den. Når vi tillater Ånden å slippe til i vår sjel, lar Han oss se våre handlinger i Guds lys. Han

opplyser vår samvittighet, så vi klarer å sette navn på godt og ondt, og Han hjelper oss å finne veien til sann kjærlighet. Vi oppdager at Kristi død på korset angår oss personlig. Vi kan erfare en ny følelse: Anger, en sterk trang til å forsone oss med Gud og medmennesker. Men sterkest er møtet med Guds uendelige barmhjertighet, å erfare vissheten om at Gud vår Far venter oss med åpne armer og tilgivende kjærlighet i Forsoningens sakrament (skriftemålet).

Se oppgaver og ressurser til dette kapitlet på Kateketisk senters nettsider.

3





DEL 1:

Elske og ære hverandre

*«Dere skal elske hverandre
som jeg har elsket dere.»*

(Joh 15,12)

72. Fra den dagen dere gir hverandre deres ja-ord og høytidelig erklærer at dere vil «elske og ære hverandre, være hverandre tro og bli hos hverandre, i gode og onde dager, inntil døden skiller dere ad», slutter dere en hellig kjærlighetspakt. Når en forelsket mann og kvinne møtes, jubler hjertene deres mot hverandre: «Jeg elsker deg!». Når kjærligheten skal leves ut i forlengelsen av forelskelsen, når den skal vokse seg til moden og tålmodig kjærlighet, må den næres og styrkes jevnt og trutt. Det store kjærlighetsarbeidet ligger foran dere. Dette kapittelet vil gi dere noe av verktøyet dere vil trenge underveis.

Om å elske og ære hverandre

73. Hva er kjærlighet? Vi står overfor et begrep som er blitt vår mest brukte klisjé, ofte tømt for sin indre mening, som navn på alt fra overfladiske følelser til den dybeste hengivenhet. Et av de vakreste kristne uttrykk for hva kjærlighetens innerste vesen består i, finner vi i Paulus' *Høysang til kjærligheten* i 1 Kor 13,1–13. I pave Frans' apostoliske formaning *Amoris Laetitia* finner dere en nydelig forklaring av denne teksten i kap. 4.

74. Kjærlighet betyr å gi og å motta noe som verken kan kjøpes eller selges, men bare gis frivillig og gjensidig. I et kjærlighetsfellesskap vil ektefellene samordne sine liv til fordel for den andre, til glede for begge. Kjærlighet i ekteskapet er en *villet handling*,

et bevisst valg om å være god mot den andre. Å akseptere ektefellens svakheter med storsinn og vennlighet, også over tid, det er kjærlighet.

Hva betyr det «å ære»?

75. Å ære hverandre kommer ofte i skyggen av det å elske hverandre, men er en like viktig del av ekteskapsløftet, og livsnødvendig for å bygge opp et godt forhold. Verbet «ære» betyr å akte en person, sette ham eller henne høyt, respektere hans eller hennes valg, og kunne gi personen ros og positive kommentarer. Dere ærer hverandre når dere erklærer deres kjærlighet til hverandre, når dere verdsetter, beundrer og respekterer hverandre.

76. Troen på Kristus forplikter oss til nestekjærlighet i våre relasjoner og kommunikasjonsmønstre: «Dere skal elske hverandre som jeg har elsket dere» (Joh 15,12). All vitenskapelig kommunikasjonsteori bekrefter at man oppnår mye mer hos et menneske gjennom positive og støttende kommentarer enn gjennom skjenn og kritikk. En negativ melding bør oppveies av minst fem positive meldinger. Det er en huskeregel vi bør ta med oss hele livet. Øv dere på alltid å lytte til hverandre og snakke sammen på en vennlig, tålmodig og respektfull måte. Gi hverandre daglig rause mengder ros og positive tilbakemeldinger på væremåte og godt utført arbeid.

77. Enkelte talemåter er ytterst skadelige for kjærlighetsforhold. Å latterliggjøre, nedvurdere, mistro, ironisere over eller være sjalu på hverandre står i alvorlig motsetning til den kjærligheten dere lover hverandre. *Ha som et ubrytelig prinsipp at dere ikke snakker nedsettende om hverandre, særlig ikke foran andre.*

Venns-kapsstyrking

78. Kjærligheten dere imellom trenger jevnlig næring. Det er en god investering aktivt å tilføre forholdet deres glede i gode tider. Det trenger ikke å koste penger i det hele tatt, men kan handle om å gjøre hverandre tjenester, gi hverandre ekstra oppmerksomhet, sette av tid til å gjøre noe trivelig sammen, vise ømhet, gi ros, komplimenter eller små selvlagde gaver, støtte hverandre og gi hverandre utviklingsmuligheter. Jo flere gledesknagger dere kan henge forholdet deres på, jo mer styrker dere kjærligheten dere imellom. Ikke undervurder hva en uventet blomst, melding eller oppmerksomhet kan utrette for å motvirke at forholdet deres blir rutinepreget.

79. Avhengig av personlighet har vi ofte forskjellige preferanser med hensyn til hvilke kjærlighetsuttrykk vi setter mest pris på. Øv dere på å sette ord på og snakke om hvilken type oppmerksomhet dere liker. Noen personer har utpreget behov for fysiske kjærtegn, andre ønsker seg tid med hverandre, andre igjen blir lykkelige over godord. Utforsk hvilke kjærlighetsuttrykk som gir den andre mest glede, og gi hverandre den typen kjærlig oppmerksomhet den enkelte forstår best – det er ikke nødvendigvis den dere selv foretrekker!

80. Noen ganger har den ene et sterkere behov for fysisk kontakt enn den andre. Fortell hverandre om deres forventninger og ønsker på dette området, og lær dere til å skille mellom seksuell og ikke-seksuell berøring. Mannen tolker ofte berøring som en invitasjon til seksuelle handlinger, mens kvinnen kan ha et stort behov for ikke-seksuell berøring, som bare skal bekrefte hennes verdi i mannens øyne. Møt hverandres behov med gjensidig følsomhet.

Tjeneste og offer

81. Som kristne er det vår oppgave å tjene andre før vi tenker på oss selv. Ekteskapet er en av de livsformene som gir størst mulighet til å leve ut tjenesteaspektet ved det menneskelige liv. Gud har skapt dere som forskjellige, men likeverdige individer, som skal tjene hverandre gjensidig. Jeg skal riktignok aldri se på min ektefelle som en tjener for meg, men min grunnholdning skal alltid være å stå klar til å tjene henne eller ham.

82. Ikke sjelden har kvinner gått inn i en ensidig tjenerrolle på hjemmebane, fordi de mer intuitivt enn mannen er innstilt på hjelpsomhet og omsorg. På sikt kan et slikt rollemønster føre til alvorlig konflikt. Bli tidlig enige om et rollemønster dere begge trives med og som styrker deres likeverd. Alle kan ta klesvasken, lage mat, måke snø, male vegger, bytte bleier eller sette bilen på verksted. Prøv å samordne deres evner og kjønns spesifikk fortrinn til å tjene fellesskapet best mulig. Igjen: Tenk team, og lag et arbeidsfellesskap der begge bidrar til at alle oppgaver løses smidig.

83. Kjærlighetsbegrepet rommer en dimensjon som i vår kultur nesten er gått i glemmeboken. Denne dimensjonen kalles offer. Kristus konkretiserer den for oss med de sterke ordene: «Ingen har større kjærlighet enn den som gir livet for vennene sine» (Joh 15,13). Når dere gifter dere, er det forholdet deres og etter hvert familien deres som er viktigst. Alt annet kommer i annen rekke – levestandard, yrkeskarriere, tillitsverv og fritidssysler. Det vil komme tider da dere i perioder må oppgi deres

individuelle ønsker for ektefellens skyld. Ektefellenes dypeste kall består i å gi sine liv for hverandre, og hjelpe hverandre til hellighet. På den måten virkeliggjør de med sine liv mysteriet i Kristi sonoffer og hans kjærlighet til Kirken, slik Paulus skriver i Efeserbrevet. (*Ønsker dere å vite mer om Kirkens forståelse av menneskelig kjærlighet, finner dere en vakker forklaring i pave Benedikt XVI's encyklika Deus caritas est, pkt. 1–18.*)

På bølgelengde

84. Noe av det aller viktigste for dere som par, er at dere kommuniserer godt! For å bli ett, må dere ha en effektiv forståelse av hva ektefellen tenker, føler og mener. Dere må opparbeide dere et felles begrepsapparat, og kunne tyde hverandres signaler. Det er skrevet utallige bøker om mellommenneskelig kommunikasjon. En grundig og praktisk gjennomgang kan dere finne i *Samlivsboken* (Markman, Stanley, Blumberg; Damm 2003/Berger Hareide Modum Bad Samlivssenter) og PREP-kursene som Modum Bad har utarbeidet. Her vil vi bare gi dere noen enkle grunnbegreper med elementer fra disse.

85. I begynnelsen av et kjæresteforhold er dere gjerne intenst på bølgelengde, men med tiden vil dere falle tilbake til deres «hverdagslige jeg», og oppføre dere og snakke slik dere gjennom oppdragelse og individuell utvikling er blitt vant til. Disse innlærte mønstrene må dere nå ta en nærmere kikk på. Kanskje er det mønstre dere bør forandre?

Dere er avsendere og mottakere

86. Mellom en mann og en kvinne som elsker hverandre, går det en stadig strøm av signaler. Dere er avsendere og mottakere, og budskapene dere sender hverandre kan være helt ordløse, men like fullt svært følelsesladete. Ord, ansiktsuttrykk, tonefall, fakter, handlinger og kjærtegn forteller hva dere tenker og føler. Det er flere forhold dere som avsendere bør tenke over:

1. *Hva sier jeg med ordene jeg bruker?* Har jeg tenkt over hvor stor forskjell valget av ord kan utgjøre?
- Hvordan kan jeg bevisst bruke ord for å la kjæresten føle seg verdsatt og velkommen?
- Unngår jeg anklagende, nedvurderende eller mistenkeliggjørende utsagn?

2. Hvordan lyder det jeg sier?

- Tenk over stemmebruk, tonefall og volum.
- Stemmeleie: Surt og klagende eller blidt, oppmuntrende?
- Er jeg bevisst på å unngå negative utsagn? (*Ikke*-setninger kan erstattes med utsagn som forteller mottakeren hva han eller hun bør gjøre i stedet.)

3. Hva sier jeg med kroppen?

- Stemmer ansiktsuttrykket mitt overens med ordene jeg uttaler?
- Samsvarer ordene jeg bruker med det jeg faktisk føler?
- Øv dere på å la kropp og ansikt uttrykke det samme som ordene, ta av dere alle masker.

En god mottaker har evnen til å lytte

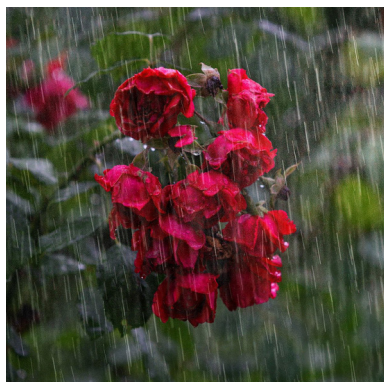
87. Når vi snakker sammen, veksler vi på å være avsendere og mottakere av budskap. I ekteskapet er det å være *en god lytter* av største betydning. Å lytte handler om å «se» hverandre med ørene. En god lytter tar imot det som blir sagt, lar det synke inn og gir den som snakker bekreftelse på at hun har forstått hva han har sagt *ved å gjenta budskapet med egne ord* – selv om hun skulle være uenig. Å lytte aktivt går ut på å sette seg inn i den andres situasjon, og samtidig forsøke å forstå ut fra egne referanserammer, gjerne ved å stille oppfølgingsspørsmål.

88. Ofte oppfatter vi ikke det vi hører slik det var ment, fordi vi har på oss det man på fagspråket kaller kommunikasjonsfiltre. Filtre er ytre eller indre barrierer som holder igjen deler av eller hele meningsinnholdet i et budskap. Ytre filtre kan være støy fra omgivelsene rundt oss (barneskrik, motordur) eller forstyrrende avbrytelser, mens indre filtre går på uoppmerksomhet, bestemte forventninger eller forestillinger, humor, selvforsvarsmekanismer, osv. Alle mennesker har eller utsettes for kommunikasjonsfiltre rett som det er. Utfordringen er å fjerne flest mulig; finne et uforstyrret rom for samtalen, forsøke å lytte med et åpent sinn, fjerne stressfaktorer, lytte etter det vesentlige innholdet i et utsagn, uten å bli forstyrret av form eller uttrykksmåte.

Eukaristien – kjærlighetens kraftsentrum

89. Kirken får hele sitt liv fra Kristus i Eukaristien – nattverdsfeiringen; ved Ham ernæres og opplyses den. I Eukaristien meddeler Kristus seg selv og sin Ånd til oss. Gud tar bolig i oss, og vi tar bolig i Gud. Dersom dere som par har mulighet til å

gå til kommunion sammen, blir dere ett i Gud, og Kristi legemes forenende kraft gir dere styrke til å stå imot splid og motsetninger. Også utenom messen kan vi gå inn i en kirke og sitte i stille tilbedelse foran tabernakelet der den levende Kristus er oppbevart. For et par, også der en ektefelle ikke er katolikk, kan det å «hvile seg» i Kristi kjærlighet foran hans nærvær i tabernakelet gi uvurderlig styrke: Den tilliten dere viser Jesus ved å komme til Ham med alt dere har på hjertet, åpner «kanaler» for Ham. Gjennom disse kan Han overøse dere med kraft og nåde, så dere klarer å leve alle hverdagens utfordringer i forening med Ham.



DEL 2:

I gode og onde dager

*«Ingen har større kjærlighet
enn den som gir livet for vennene sine.»*

(Joh 15,13)

90. Før eller siden i ekteskapet vil dere støte på «onde dager». Når vi tenker over hvordan ekteskapet er relatert til Kristus, er det viktig ikke å overse at han ble korsfestet. Veien til vår egen oppstandelse går også gjennom et kors. I vanskelighetene er det den korsfestede Kristus dere møter. Herren led ikke for at vi skulle slippe unna lidelsen, men for å *frelse* oss, dvs. befri oss fra døden. Hans frelsesverk er at døden som endelig avslutning er overvunnet, og at mennesket er gitt muligheten til evig liv i himmelen. Men lidelsen i verden vil fortsatt eksistere.

Korset er en del av livet

91. Menneskelig erfaring viser at lidelsen ikke behøver å bety et endelig nederlag, men tvert imot en mulighet til å vokse og modnes som menneske. Dermed kan det vi gjennomgår vendes til noe positivt. Mange kriser og vanskeligheter går over etter en tid, men kanskje får vi kors å bære som varer livet ut. For oss som mennesker er det viktig å huske at Vårherre ikke har lovet oss en annen skjebne enn hans egen, en skjebne som etter lidelsen førte til oppstandelsens herlighet og glede. Kristus overlater oss ikke til oss selv, men hjelper oss å bære våre kors dersom vi slipper ham inn i våre liv og våre opplevelser.

92. Noen former for lidelse er knyttet til bestemte livsfaser eller overganger. Midt-livskrisen, barnas utflytting eller alvorlig sykdom i familien er eksempler på dette. Noen par opplever da fristelsen til å tvile på om ekteskapet de har inngått 20–30 år tidligere var riktig, og noen føler at de har «vokst fra hverandre». For å forebygge

dette, er det viktig at dere som par alltid finner tid for hverandre underveis og pleier fellesskapet deres. Kjærlighet og troskap må vi i perioder leve ut av ren viljestyrke. Avgjørelser vi tok i tyveårene er også riktige i førtiårene, selv om det kanskje ikke føles slik. En del av det å bli riktig voksen handler nettopp om å fortsette på den veien vi opprinnelig ga oss ut på. Støtt hverandre gjensidig i slike vanskelige faser i livet, og søk å vokse enda mer sammen.

93. Slik som Jesus søkte trøst i bønnen da han var i dødsangst i Getsemane, kan også vi finne trøst og kraft hos Gud. Sammen med Herren kan vi lære oss å si: «Men ikke som jeg vil, bare som du vil.» (Matt 26,39) Vissheten om at Kristus har overvunnet døden, fyller oss med håpet om å få del i hans oppstandelse.

Vanlige utfordringer

94. Å ha tenkt gjennom utfordringer før de dukker opp, er i seg selv en verdifull forberedelse. I avsnittene t.o.m. pkt. 101 oppsummerer vi kort prinsippene for forebygging og løsning av konflikter fra *Samlivsboken* (Markman, Stanley, Blumberg; Damm 2003/Berger Hareide Modum Bad Samlivssenter) og PREP-kursene, som Modum Bad har utviklet. Følgende områder kan ofte være krevende å håndtere for ektepar:

- Kommunikasjon
- Kønnsroller og arbeidsfordeling
- Seksuallivet
- Sjalusi og uro for utroskap
- Svangerskap og barnefødsler
- Barneoppdragelse
- Forholdet til svigerfamiliene
- Økonomi
- Bruk av tid og ressurser på utdanning og arbeid
- Flytting eller husbygging
- Hobbyer og fritidsbruk
- Forskjellig døgnrytme
- Langvarig sykdom eller dødsfall i nærmeste familie og forskjell i sorgreaksjoner
- Rusmisbruk og vold

95. Til siste punkt er det viktig å understreke:

- Ved tegn til rusmisbruk hos en av partene (alkohol, stoff eller piller), er det ofte nødvendig å oppsøke profesjonell hjelp.
- Vold i nære relasjoner er vanligere enn vi tror. Søk hjelp hos lege, familievernkontor, krisesenter eller politiet dersom du føler deg truet eller blir mishandlet av kjæresten/ektefellen. Vold i ekteskapet er en total fornektelse av kjærligheten ektefeller lover hverandre. Ingen har godt av å bli værende i en slik situasjon, særlig ikke hvis det er barn i forholdet. *Å inngå ekteskap der det er voldsproblematikk i bildet frarådes.*

Bruk tid på å løse oppgavene som handler om konfliktutløsere og mestringsstrategier på Kateketisk Senters nettside.

Konfliktforebygging

96. Også i det vanskelige ligger det vekstmuligheter for den enkelte og for dere som par. Hva dere gjør for å komme dere over kneiker, er avgjørende for deres fremtid sammen. Små konflikter kan fort vokse seg store dersom dere ikke har strategier klare for å takle dem. Den viktigste formen for konfliktforebygging i ekteskapet skjer ved aktiv *vennskapsbygging*. Alt det hyggelige dere gjør sammen, alt vakkert og godt dere gjør for hverandre eller deler av positive opplevelser og erfaringer, utgjør en verdifull «kapital» som dere kan tære på i hardere tider. Hold fast på det å gi hverandre tid og kjærlighet også under krevende omstendigheter.

97. Forebygging av konflikter handler videre om å se etter faresignaler. Se inn i dere selv og tenk etter hvordan dere reagerer ved sinne, frykt eller frustrasjon. Det finnes farlige kommunikasjonsmønstre (jf. *Samlivsboken* s. 34) som bør brytes straks dere blir klar over dem:

- *Konfliktopptrapping* – dere provoserer hverandre med utsagn som gjør konflikten mer og mer tilspisset, med fare for å true med brudd
- *Nedvurdering* – dere sier eller gjør ting som får den andre til å føle seg mindre verdt eller ikke tatt på alvor (f.eks. spydigheter, ironi eller sarkasme).
- *Negative fortolkninger* – en eller begge tar alt i verste mening.

-
- *Tilbaketrekning/forfølgelse* – et mønster der den ene parten skygger unna vanskelige samtaler, mens den andre kompenserer ved å innta en forfølgerrolle.

98. Alle ektepar trenger å kunne utveksle meninger om kompliserte eller følelsesladete temaer. Skap trygge diskusjoner ved å finne en samtaleform som hjelper dere til å opptre *saklig* og *løsningsorientert*. Avtal lik taletid, bruk en vennlig tone, forby ukvemsord, beskyldninger og negativt kroppsspråk. Å snakke sammen handler minst like mye om å lytte til og forstå den andre som å fremme sin egen mening. Det finnes samtaleteknikker man kan øve på for å senke tempoet i en diskusjon (f.eks. tale- og lytteteknikken i Modum Bads PREP-kurs), hvor partene etter tur gjentar med egne ord hva den andre har sagt, før de selv får ytre sin mening. Slik lytter man seg inn i hverandres argumenter.

Problemløsning

99. Som ektefeller er det meningen at dere skal løse vanskelighetene dere møter *sammen*, som et par. I enkelte familier gir man hverandre en skikkelig bjørneklem før man går løs på store utfordringer! For kristne er det alltid klokt også å be en bønn sammen, be om Den Hellige Ånds inspirasjon og visdom. Når dere står overfor virkelig store utfordringer, så forsøk å holde på følgende sentrale tanker:

- Dere er et kjærlighetsfellesskap, et *team*. Bevar enheten.
- Livslangt perspektiv. Husk: Kjærlighet for livet!
- Felles spilleregler: Dere er likeverdige personer.

100. Det kan være lurt å diskutere vanskelige spørsmål ved hjelp av en forhåndsavtalt struktur (jf. *Samlivsboken* s. 126–130), der dere starter med å peke ut hva diskusjonen handler om, og gjerne bruker en samtaleteknikk der dere veksler på å snakke og lytte til den andre og har lik taletid. Foreta en løsningsorientert idémyldring, der dere blir enige om løsninger eller kompromisser som tjener fellesskapet deres. Til slutt lager dere en gjennomføringsplan for hva dere blir enige om, og fordeler ansvar og oppgaver. Avtal oppfølgingssamtaler hvor dere ser på hva dere har gjort og vurderer hvordan løsningene har fungert. En slik struktur skaper trygghet og forutsigbarhet når dere må snakke om vanskelige temaer.

101. Ikke alle meningsforskjeller kan løses. De fleste par har ett eller flere områder der de er grunnleggende uenige. Da er det viktig å avgrense uenigheten: anerkjenn

at den eksisterer, men sørg for at den ikke ødelegger alt det gode dere har sammen. «Parkér» slike uenigheter på utsiden av forholdet deres og legg dem i Guds hånd.

Tilgivelse og forsoning

102. Livet kan føre oss inn i situasjoner der terapikulturen vi er blitt vant med kommer til kort, og der svarene må søkes i troen. Enkelte ekteskapskonflikter peker mot punkter vi må endre inne i oss selv; f.eks. erkjenne at vi ikke har makt til å kontrollere tilværelsen, innrømme feiltakelser og synde mot Gud og medmennesker, ha mot til å vende om fra ødeleggende atferdsmønstre til nestekjærlighet, håpe utover det som er menneskelig mulig, våge å tro at Gud kan gripe konkret inn i våre liv.

103. Kristus har gitt oss et ytterst effektivt «våpen» mot alle mellommenneskelige konflikter: *Tilgivelsen*. Å tilgi har en undervurdert, men svært virksom effekt på større og mindre uoverensstemmelser. Tilgivelse bunner i det å være storsinnet nok til ikke å gjengjelde, men møte det onde med godhet. Tilgivelse kan kreve stor åndelig styrke og moralsk mot, både i å innvilge den og i å ta imot den. Den krever *ydmykhet* – den mest grunnleggende av alle dyder, fordi den motsetter seg den mest grunnleggende synd, som er hovmodet. Ydmykheten fungerer effektivt fordi den opererer på to plan: Det åndelige og det mellommenneskelige. Når vi våger å gjøre oss små i egne og andres øyne, kan ingen onde makter rå over oss.

104. Gud tilbyr oss hjelpemidler ingen terapeut råder over. Hans kjærlighets overnaturlige kraft kan trenge inn i de mest lukkede hjerter. Vi har tilgang til Guds kjærlige allmakt i sakramentene – i *Den hellige kommunion* og i *Forsoningens sakrament* (skriftemålet): Kristus er levende til stede i nattverdsmåltidet, med all sin barmhjertighet og trøst, og renser oss fra mindre synder. Nåden vi mottar gjennom syndsfortælselsen i et skriftemål styrker oss, slik at vi ikke så lett faller tilbake til gamle uvaner, men ser nye utveier til å rydde opp.

- Vær raske med å be hverandre om unnskyldning hver gang dere har sagt eller gjort noe som har såret den andre.
- Våg å innrømme egne feil eller feiltakelser! Ordene «du har rett» kan være viktigere enn «jeg elsker deg».
- Vær rausere med å tilgi hverandre. Gå aldri til sengs uten å ha skværet opp.

Lidelsens frelsende kraft

105. Noen ganger stilles vi overfor utfordringer som er så store eller smertefulle at de overgår våre menneskelige krefter. Når vi våger å gå inn i og samarbeide med smerten, lik en fødende kvinne, kan Gud skape noe helt nytt; Han kan la det komme noe uventet godt ut av den. Vi får øye på noe av Oppstandelsens mysterium. Lidelsens logikk er speilvendt av verdens: De slag vi mottar på jorden forvandles til hederstegn i Himmelen; vi får del i Saligprisningenes løfter (*Matt 5,1–11*).

106. Tankene nedenfor er hentet fra en tekst av pave Johannes Paul II (*Lidelsens frelsende kraft*):

Når vi støter på våre store kors og spør «hvorfor?!», oppdager vi at Ham vi spør også lider og svarer oss fra Korset, fra hjertet av sin egen lidelse. Og Kristus sier: «Følg meg!» «Kom!» «Ta del gjennom din lidelse i dette arbeidet med å frelse verden, en frelse som er oppnådd ved min lidelse! Gjennom mitt Kors.» Og idet vi våger å forene oss åndelig med Kristi kors, forstår vi at de trengslene vi går gjennom her på jorden vil tjene til våre brødres og søstres frelse. Slik vil vi også møte andres lidelse med større innlevelse og nestekjærlighet.

107. Men noen ganger er det bare vondt. Det er ikke alltid slik at troen forvandler lidelsen til noe positivt. Det er viktig å være klar over at Guds nåde ikke er en «forsikring» mot lidelse, sorg og smerte, men en hjelp til å kunne stå i den. Vi rår ikke over våre livs lodd, og noen ganger kan vi risikere at livet både blir hardt og gir oss mange slag som kan synes urettferdige. Selv om det kan synes som en fattig trøst, kan det være en lindring i å vite at Vårherre da står med oss, selv om vi kan føle oss alene i vår sorg og smerte.

Se oppgaver og ressurser til dette kapittelet på Kateketisk senters nettsider.

4





DEL 1:

De to skal være ett

*«De er ikke lenger to;
de er én kropp.»*

(Mark 10,8)

108. Det å være skapt i Guds bilde leder mennesket til å forstå sin seksualitet i et utvidet perspektiv, se den både i en fysisk og i en åndelig sammenheng. Gud vil gjerne at dere skal oppdage skjønnheten i måten Han har innrettet menneskets forening og forplantning på. Han innbyr dere til å elske hverandre som hele personer, slik at dere kan gjøre hverandre fullkomment lykkelige.

Seksualitetens teologi

109. Etter hvert som kjærligheten deres vokser seg sterkere, vil den seksuelle siden ved forholdet deres gjøre seg stadig mer gjeldende. Dette er en naturlig utvikling, som skal lede dere mot det totale møtet samleiet er. Seksualiteten er et av skaperverkets goder, en del av det å være skapt i Guds bilde, og i sin positive betydning noe av det vakreste og sterkeste, men også mest intime vi har. Derfor er den ikke alltid enkel å forholde seg til. Å gi seg seksuelt til et annet menneske er den mest betydningsfulle måten vi kan vise vår kjærlighet på, og derfor bør vi bare gi oss til den vi virkelig elsker og ønsker å dele livet med.

110. Under vårt liv på jorden blir denne lengselen etter et fullkomment kjærlighetsforhold en drivkraft til å søke en partner vi kan leve *en mest mulig fullkommen hjer-
tets og sinnets forening med*, i tillegg til den fysiske foreningen. Dypest sett er dette en lengsel Gud har lagt i oss, og som har sitt endelige mål i foreningen med Ham selv.

111. Menneskets seksualitet har en dypt religiøs mening, fordi gjennom denne kaller Gud mann og kvinne til å fordype sin kjærlighet til hverandre og ta aktivt del i skapelsesprosessen. Ektefeller skal derfor aldri se på seksuallivet som noe nedrig eller som en dårligere side av kjærligheten, men akseptere sin seksualitet som et gode, og lære å innrette den etter de rammer Gud har satt, slik at den kan bli til størst mulig gjensidig glede for dem.

Menneskets seksualitet i Kirkens øyne

112. Når vi leser hva som skrives og sies i massemedia, kan vi lett få inntrykk av at Den katolske kirke har en negativ holdning til alt som gjelder seksualitet. Det er en alvorlig misoppfatning. Seksualiteten er en grunnleggende del av vår identitet. Kirken unner ektefeller den fysiske lyst og glede de føler under et samleie, ganske enkelt fordi lystfølelsen er gitt dem av Gud. Ektefellenes naturlighet i forhold til hverandres kjønn er helt i pakt med Guds ønsker for menneskene. Vi leser i Skapelsesberetningen om tiden før syndefallet at: «Begge var nakne, både mannen og kvinnen, og de skammet seg ikke for hverandre» (1 Mos 2,25). Ektefellene skal nettopp virkeliggjøre denne opprinnelige tilstanden av naturlighet. Gud ønsker at dere skal glede dere over hvordan kroppene deres utfyller og svarer til hverandre. Han vil at dere skal fryde dere over å bli sett og tatt imot uten forbehold, over å kunne gi dere selv til hverandre med varme og nærhet, over å oppleve øyeblikk av fullkommen forening med hverandre, hvor dere i glimt også erfarer Gud.

Formålene med vår seksualitet

113. Gud har nedlagt kjønnsdriften i menneskene av to viktige grunner. Den første er at mannen og kvinnen skal bli ett i kjærlighet. Samleiet skal fungere som et «lim», et personlig møte som knytter dem stadig sterkere til hverandre, ikke bare i fysisk forstand, men slik at de med tiden også kjenner hverandre helt og fullt følelsesmessig og sjelelig. De to skal «være ett» (1 Mos 2,24), smelte sammen, gi seg selv og motta hverandre ubetinget og totalt. Seksuallivet skal altså fungere som en enhets- og kjærlighetsstyrkende faktor i ekteskapet.

114. Seksualitetens andre formål er enda mer opplagt: Den lar mann og kvinne tiltrekkes fysisk av hverandre for å føre menneskeslekten videre og gi liv til nye personer og nye familier, i pakt med Guds ord: «Vær fruktbare og bli mange, fyll jorden og legg den under dere!» (1 Mos 1,28) Seksualiteten er uatskillelig forbundet med menneskeslektens eksistens; den har en bokstavelig talt eksistensiell betydning.

115. *Formålene er likeverdige.* Det er av stor betydning at dere finner en balanse mellom dem ekteskapet gjennom. Et par som forsømmer eller nedprioriterer sitt seksualliv, kan fort tape hverandre av syne på andre områder. Par som overfokuserer på seksuell nytelse, mister gaveaspektet i samleiet av syne – det å være til for den andres skyld – og reduserer hverandre til objekter. Mens par som over lengre tid utelukker muligheten for å få barn, går glipp av en vesentlig dimensjon ved sin kjærlighet, nemlig fascinasjonen i å erfare seksualitetens fruktbarhet og den dypt meningsfylte oppgaven i å bli foreldre.

116. Fra Guds side er et samleie ment å være et ytterst betydningsfullt øyeblikk for dere to. Som ektefeller utfører dere i samleiet *en hellig handling*, dere utveksler *en gjensidig gave* – det dypeste bevis på deres kjærlighet til hverandre. Samleiets hellighet ligger i at Gud innbyr oss til å elske hverandre med hele vår kropp og person og til å bli Hans medskapere av nytt liv. Dette er de to målestokkene et samleie bør verdsettes etter – den ubetingede og gjensidige selvhengivelsen og et menneskelivs uendelige verdi. For vår tid kan et slikt perspektiv kanskje forandre synet på sex, fra å være tilfredsstillelsen av et instinkt, til å bli en handling utført i den dypeste hengivenhet til ektefellen og i ærefrykt for Livet, som Guds medarbeidere og medskapere.

Gud setter rammer

117. Ethvert samleie innebærer et stort ansvar – både for personen vi elsker, og for muligheten til å unnfange barn. Da sier det seg selv at det forenkler livet betraktelig å leve i et stabilt og forpliktende forhold. Gud har innstiftet ekteskapet for å gi menneskene en trygg ramme rundt deres seksualitet og muligheten til å få barn. Med sine forpliktende løfter om kjærlighet og livslang trofasthet, utgjør ekteskapet den mest solide grunnmur et fruktbart og berikende seksualliv kan bygges på. For barn er det tryggest å fødes inn i en familie der foreldrene har lovet hverandre livslang forpliktelse og ubetinget kjærlighet.

Selvmeistring

118. Til forskjell fra dyrene har vi mennesker evnen og muligheten til å beherske våre instinkter. Vi kan øve oss opp i å mestre våre seksuelle reaksjoner og styre dem bevisst, slik at vi lar hensynet til ektefellen komme foran egne, til tider egoistiske lystfølelser. Seksualiteten blir menneskeliggjort når vi lever den i oppriktig nestekjærlighet, i dyp anerkjennelse av den elskedes likeverd og personlige integritet. Det er derfor Kirken holder fast ved at et sant medmenneskelig seksualliv bare

kan skje innenfor rammer som garanterer personenes frie vilje, fulle tillit, likeverd, livslange forpliktelse, totale hengivenhet og åpenhet for å ta imot og beskytte sped, omsorgstrengende menneskeliv. Disse betingelsene oppfylles best i et sakramentalt ekteskap.

Kyskhhet i ekteskapet

119. Begrepet kyskhhet misforstås ofte i vår dagligtale. Når vi hører ordet kyskhhet, tenker vi som oftest på et liv uten noen form for seksuell utfoldelse, streng askese, frykt for kjønn og kropp. Når Kirken bruker begrepet kyskhhet, tenker den i helt andre baner. Kyskhhetens funksjon er å frigjøre kjærligheten fra nyttetenkningen, fra enhver egoistisk baktanke, og i stedet fremme personenes egenverdi; møte det annet kjønn med «gjennomsiktighet», med den *kjærlige godheten* som ikke søker å oppnå egen fordel. Med kyskhhet forstår Kirken at vi retter vår seksuelle energi mot de mål som samsvarer med våre livsoppgaver, i pakt med Guds vilje for oss. For prester, munk og nonner betyr det at de ikke binder seg fysisk til noe enkeltmenneske, for slik å kunne ha energi og en hel, udelt kjærlighet å elske Kristus og alle sine medmennesker med. For ugifte betyr det å leve i seksuell avholdenhet, møte personer av det annet kjønn med kjærlig godhet uten seksuelle ønsker eller krav.

120. Innenfor ekteskapet går kyskhhet ut på at dere lever deres seksualitet med respekt for og hensyn til ektefellen som person, med et uegennyttig ønske om å gjøre godt mot hverandre og med «den ømheten som har evnen til å føle selv de hemmeligste vibrasjoner i den elskedes sjel» (Pave Johannes Paul II). Kyskhhet handler om å øve seg opp i å ta herredømme over egne instinkter, for å vokse i kjærlighet til og omtanke for den andre. Å bruke pornografi for å stimulere sexlysten, står i alvorlig motsetning til menneskets verdighet og er en dypt krenkende handling overfor ektefellen. Pornografi er en avart av prostitusjon, fordi man gjør kjærlighet og seksualitet til en handelsvare, når disse er ment for et eksklusivt, forpliktende og kjærlig forhold mellom to.

121. Kyskhhet går videre ut på at dere forblir trofaste mot hverandre livet ut, slik dere lover hverandre under vielsen. I lojalitet til ektefelle og barn sier dere nei til impulser som måtte vekke i dere interesse for en tredjepart, uansett hvor mye mer tiltrekkelige vedkommende måtte virke i forhold til ektefellen.

122. Den seksuelle avholdenhet som Gud krever av par før ekteskapet, har flere nyttige funksjoner på lang sikt:

- Å lære å vise hverandre ikke-seksuell oppmerksomhet og hengivenhet.
- Å bli flinkere til å tolke sinnsstemninger og skjerpe kommunikasjonen dere imellom.
- Å styrke lengselen etter hverandre; gjøre dere dyrebare i hverandres øyne, istedenfor til en selvfølge.
- Å utvikle de sider av kjærligheten som er mindre påtrengende enn de instinktbaserte, slik som bevisstheten om Guds nærvær i akkurat deres kjærlighet, oppdagelsen av livsoppgaven Han kaller dere til, å samtale med Ham i bønn.

123. Det finnes mange situasjoner i ekteskapet der dere vil få god bruk for denne formen for selvbeherskelse: I forbindelse med kompliserte svangerskap, under barseltid og i perioder da kvinnens helse tilsier at hun bør skånes for et svangerskap; når økonomi eller boligforhold, sykdom eller lange fravær krever at dere modererer seksuallivet.

Hva med oss som bor sammen?

124. Først og fremst er Kirken svært glad for at dere nå ønsker å vie dere til hverandre med de løfter og forpliktelser en katolsk ekteskapsinngåelse innebærer. Samboerskap tar som oftest to forbehold som er uforenlige med kjærligheten Gud ønsker for mann og kvinne: Muligheten for å avbryte forholdet og frykt for å få barn. Samtidig vil vi som skriver dette kurset utfordre dere til å prøve å leve den siste tiden før bryllupet i seksuell avholdenhet, både for å ha øvd dere på denne formen for selvbeherskelse, og for å bygge opp forventningene om å møtes på ny etter vielsen, med en kjærlighet velsignet av Gud. *(Den svenske dominikanerinnen Sr. Sofie Hamring har laget en nettside med et stort omfang materiale om Kirkens syn på kropp og seksualitet. Gå gjerne inn på www.kroppensteologi.se)*



DEL 2:

I livets tjeneste

*Gud velsignet mannen og kvinnen
og sa til dem: «Vær fruktbare og bli mange»*

(1 Mos 1,28a)

125. Mannens og kvinnens kjærlighetsmøter uttrykt i samleiet berører selve livets kjerne. Vår Gud er en Livets Gud. Han *vil* liv: Han alene kan skape liv – og Han alene får kalle det tilbake. I deres kall til ekteskap ligger det en ytterst betydningsfull og vakker livsoppgave: Gud innbyr dere til å bli Hans medarbeidere i videreføringen av skaperverket, gjennom å gi liv til nye mennesker. Å få barn er det gledeligste og mest verdifulle som kan skje i forholdet mellom mann og kvinne. Det er et av de største ansvar dere kan bli betrodd, for det finnes intet mer dyrebart enn et menneskeliv. Oppdraget er samtidig en *tjeneste*. Som *Livets Forvaltere* stiller dere deres evner og krefter i Skaperens hånd, i ydmykhet og undring.

Menneskelivet – uendelig verdifullt, hellig og ukrenkelig

126. Hvert enkelt menneskes liv er, helt fra begynnelsen av, del av Guds plan. Vi er alle ønsket og elsket av Gud ennå før vi ble født. For å forstå begreper som 'menneskeverd' og 'retten til liv', trenger vi å vite hva det er som gir livet dets absolutte verdi og ukrenkelighet. Utgangspunktet for vårt menneskeverd er vår billedlikhet med Gud, at vi bærer i oss hans liv. Videre at Kristus ble menneske og ga sitt liv på korset for oss, elsket oss så høyt at Han har forenet seg med hver og en av oss, og gitt sitt liv for hver enkelt av oss. Sønnens offervilje og Gud vår Fars kjærlighet til å ville gi oss sin eneste Sønn viser hvor uendelig verdifulle hver enkelt av oss er for Gud.

127. Siden et menneskeliv er så dyrebart for Gud, forsøker Gud å gi oss kjøreregler for hvordan vi skal ta vare på det. De ti bud slår tydelig fast prinsippet om livets

ukrenkelighet. Først og fremst innebærer det femte bud et forbud mot mord: «Du skal ikke slå i hjel» (2 Mos 20,13). Men som det senere nedfelles i Israelsfolkets lovgivning, betyr det også et forbud mot alle krenkelser av vår neste. Jesus bekrefter og forsterker denne hensikten i det positive bud om å elske vår neste med den samme kjærlighet Han selv har for hvert enkelt menneske: «Og dette er mitt bud: dere skal elske hverandre som jeg har elsket dere.» (Joh 15,12) Det dypeste nivå i Guds bud om å verne menneskelivet er til syvende og sist kravet om ærefrykt og kjærlighet til hvert menneske og til hvert enkelt liv: «Disse budene: Du skal ikke bryte ekteskapet, du skal ikke slå i hjel, du skal ikke stjele, du skal ikke begjære, eller hvilket bud det så er, sammenfattes i dette: Du skal elske din neste som deg selv. Kjærligheten gjør ikke noe ondt mot nesten.» (Rom 13,9–10a) Guds bud stiller opp for oss en vei som ivaretar *livet* i alle dets livsfaser og former, og setter absolutte grenser som mennesket ikke kan tillate seg å bryte.

Gi liv til nye mennesker

128. I deres nye liv som ektefeller innbyr Gud dere til å bli med på det mest fascinerende livsprosjektet en mann og en kvinne kan gi seg i kast med: Å gi liv til nye mennesker, til barn dere vil kjenne dere selv igjen i, men som like fullt er enestående og selvstendige individer. Dere blir hans medarbeidere i skaperprosessen som har pågått siden universets tilblivelse. Hele den biologiske prosessen bak det enestående mesterverk hvert lite barn er, som starter med at den sterkeste sædcellen finner eggcellens eneste inngangspunkt, at en celledeling settes i gang som lager spesialiserte celler – nerveceller, blodlegemer, benceller, hud – som alle finner sin rette plass i dannelsen av menneskekroppen; at morens kropp er perfekt tilpasset til å gi fosteret optimale vekstmuligheter, og ender med at et nytt, lite menneskebarn fødes frem – levende, vått og varmt – er et vitnesbyrd om Guds usigelige skaperglede.

Når begynner menneskelivet?

129. Svaret på dette spørsmålet er avgjørende for hvilke etiske valg vi foretar oss ved livets begynnelse. Kirken gir et tindrende klart svar: Menneskelivet begynner i det øyeblikk en sædcelle befrukter en eggcelle, da er den fulle og unike DNA-koden for et nytt individ gitt. Den befruktede eggcellen er et levende, ferdigkodet menneskeemne, og Kirken anser dette menneskeemnet som en fullverdig, enestående person, men med krav på *særlig vern*, nettopp fordi det er så skjørt og forsvarsløst. *Livet og menneskeverdet er i Kirkens øyne og i tråd med Guds bud ukrenkelig og absolutt fra unnfangelsesøyeblikket.*

130. Ut fra denne tankegangen er all vold, alle handlinger som psykisk eller fysisk skader andre, enhver form for drap, og da særlig provosert abort og eutanasi utillatelige handlinger. Og enda viktigere: Menneskelivet skal ikke bare spares, men også omfattes med kjærlig omsorg. Livets mening består i å gi og motta kjærlighet; det er dette som gir den menneskelige seksualitet og forplantningsevnen deres sanne og fulle betydning. (*Ønsker dere å fordype dere i Kirkens forståelse av menneskelivets hellighet og ukrenkelighet, anbefaler vi at dere leser Pave Johannes Paul IIs encyklika Evangelium vitae.*)

Foreldre – synlige tegn på Guds kjærlighet

131. Å bli foreldre er noe av det mest betydningsfulle dere kan oppleve i livet. Når dere vil gifte dere, er det viktig at dere snakker om hvordan dere ser på muligheten for å bli foreldre sammen, hvordan dere ønsker å leve et fremtidig foreldreskap, og hva dere ønsker å gi videre til deres barn. Overfor barna er foreldrenes fremste oppgave å være *et synlig tegn på Guds kjærlighet*. Det kan ofte kreve at dere må strekke dere langt utover det dere tror dere har av krefter, men er mulig ved å hente inspirasjon og styrke i Gud selv. Barnets mest grunnleggende behov er nemlig å bli tatt imot med ubetinget kjærlighet, å være ønsket og velkommen inn i foreldrenes og familiens liv.

132. Det å ta imot ett eller flere barn overgår alt annet dersom vi helhjertet lar oss involvere i barnas forunderlige univers. Som foreldre vil dere erfare at barn gir dere mer igjen og lærer dere langt mer enn dere kunne forestille dere, både om dere selv og om verdenen barn utforsker med nyfikenhet og uventede perspektiver. Vi kommer sjelden nær mer Kristuslike personer. Fordi barn kommer så hjelpeløse og uskyldige til verden, lik Jesusbarnet i Betlehem, vekker de ømhet og en trang til å vise omsorg i personene rundt dem. I alt dere gjør for barnet deres – å nære det, kle det, gi det et hjem, se det, hjelpe det – utfører dere i praksis barmhjertighetsgjerningene Jesus beskriver i omtalen av den siste dom: «Sannelig, jeg sier dere: Det dere gjorde mot én av disse mine minste søsken, har dere gjort mot meg» (Matt 25,40).

Kroppens sanne språk

133. Det vesentlige elementet i ekteskapets sakrament er kroppens sanne språk, skrev pave Johannes Paul II. Kjærlighetens sannhet kan ikke skilles fra kroppens språk. Med andre ord: I våre naturlige kroppsfunksjoner ligger Skaperens kjærlighetsfulle plan innebygget. Både forplantningen og den intime foreningen mellom mann og

kvinne har rent fysiologisk sitt utgangspunkt i en og samme handling, nemlig samleiet. Dette viser oss at ekteskapet har ett overordnet mål: Livgivende kjærlighet.

134. Konkret betyr dette at den kjærligheten ektefellene viser hverandre er ment å være total, og omfatter ektefellenes fruktbarhet, som igjen innebærer muligheten til å få barn. Det å gi seg til hverandre i samleiet er ment å være en ubetinget gave. Derfor vil det å holde tilbake eller si nei til den siden av ektefellen som kan gi liv være en fornektelse av en vesentlig del av hennes eller hans person. Samtidig er det en utestengelse av Guds livgivende nærvær i ektefellenes dypeste form for fellesskap.

Kjenn deres fruktbarhet

135. Mannens og kvinnens kropper er fantastisk og presist innrettet mot forplantning. Kvinnens fruktbarhet følger et biologisk mønster der fruktbare og ufruktbare perioder kan identifiseres. Mannens fertilitetsmønster er mindre uttalt og ikke så viktig i denne sammenheng. Kosthold, søvn, fysisk aktivitet og psykiske påkjenninger er faktorer som også kan ha stor innvirkning på parets fruktbarhet.

136. Det er svært nyttig å bruke tid på å gjøre dere kjent med de finstemte prosessene som ligger i kvinnens naturlige fruktbarhetsmønster. Følg sammen med på de fysiologiske og følelsesmessige endringene kvinnen går gjennom over flere menstruasjonssykluser og lær dere å kartlegge dem systematisk ved hjelp av forskjellige observasjonsmetoder. Mannen gjør klokt i å vise fintfølelse og levende interesse for kunnskapen kvinnen gir ham om sin kropp. For kvinnen gjelder det å være villig til å sette mannen godt inn i prosessene kroppen hennes jevnlig gjennomgår. Å bli for- trolige med å snakke sammen om deres fruktbarhet, tolke symptomer og sammen bestemme hvordan dere vil forholde dere til dem, kan styrke intimiteten og samhol- det deres betydelig. Et slikt samarbeid gir dessuten mannen en unik mulighet til å styre sin seksualdrift i respekt for kvinnens tider, og kvinnen et klart definert rom for de behov hennes syklus innebærer, noe som kan gi dere begge et bedre og mer helhetlig seksualliv.

Ansvarlig foreldreskap

137. Det er en misoppfatning at alle katolikker må få så mange barn som mulig. Kirken oppfordrer derimot ektepar til å utvise *ansvarlig foreldreskap*. Å unnfange et barn bør være en gjennomtenkt og bevisst handling. Ektepar har en suveren rett til å avgjøre hvor mange barn de ønsker å ta imot. Dette er noe hverken myndigheter el-

ler andre instanser har rett til å bestemme for dem. For enkelte par vil det være riktig å ta imot mange barn, for andre vil det være både nødvendig og riktig å begrense antallet barnefødsler.

138. Når ektefeller pga. helse, stram økonomi eller andre alvorlige hensyn finner det nødvendig å unngå eller utsette en graviditet, kan de ty til metoder for naturlig fødselsregulering, som ivaretar og respekterer både Guds lov og personenes integritet. I praksis betyr dette å regulere antall svangerskap ved å la fornuften og viljen styre seksualitetens instinkter og følelser, og bruke fødselsreguleringsmetoder som samarbeider med kroppens naturlige prosesser. Dette gir rom for Guds medvirkning og samsvarer med de etiske normene Han har gitt oss.

Hvordan praktisere naturlig fødselsregulering?

139. Naturlig fødselsregulering er en fellesbetegnelse på metoder som gjør det mulig å utsette eller oppnå graviditet, samtidig som de ivaretar forplantningsfunksjonenes naturlige lovmessighet. Disse metodene kan Kirken trygt anbefale til bevisst planlegging av familiestørrelsen. Samtidig som de ivaretar seksuallivets åndelige dimensjon, er de også helsebevarende og økologiske. Naturlig fødselsregulering tillater foreldrene å avpasse avstanden mellom svangerskapene etter helse, forsørgeransvar og andre tungtveiende forhold.

140. Prinsippet i alle naturmetoder går ut på at ektefellene utnytter svingningene i kvinnens fruktbarhetssyklus til å legge samleiene til fruktbare eller ufruktbare dager, alt ettersom de ønsker seg en familieførøkelse eller større avstand mellom svangerskapene. Dette *krever tett samarbeid mellom ektefellene*, og fremmer på denne måten *begges likeverdige ansvar* for familiestørrelsen og kommunikasjonen dem imellom. De har nemlig begge et like stort ansvar for sin felles fruktbarhet. Dersom et par ønsker å utsette en graviditet, praktiserer det seksuell avholdenhet i kvinnens fruktbare dager. Dette kan ofte oppleves som vanskelig å mestre over tid, fordi den seksuelle tiltrekningen mellom ektefellene naturlig nok er sterkest i kvinnens fruktbare dager. Fintfølelse og tålmodighet, fulgt av felles fokus på familiens beste vil være nødvendig.

141. Legevitenskapen har funnet frem til flere metoder som med stor pålitelighet kan bestemme kvinnens fruktbare og ufruktbare perioder. De kan deles inn etter tre målingsprinsipper: Observasjon av skjedesekretet, måling av variasjonene i kroppstemperaturen som følger av hormonendringene i kvinnens syklus, og kartlegging av

hormonnivået i urinen. Den første metoden krever ingen tekniske hjelpemidler, men kan ta opp mot et halvt år å bli rimelig trygg på; de to siste krever bruk av spesielt utviklede måleapparater.

Kirkens syn på prevensjon

142. Kjærlighetens *totalitet* er hovedbegrunnelsen for at Kirken ikke kan godta et skille mellom samleiets forenende og samleiets forplantningsrettede funksjoner. Når dere forenes i samleiet er det meningen at dere skal hengi dere gjensidig til hverandre uten forbehold. Pave Paul VI skriver om dette: «Den som tenker vel etter, må også innrømme at en gjensidig kjærlighetsakt som gjør vold på den evne til å videreføre liv som Skaperen etter særlige lover har nedlagt i den, støter an både mot den Guds plan som ekteskapet er innstiftet etter, og mot menneskelivets Skaper. Hvis man derfor gjør bruk av denne guddommelige gave, mens man – om enn bare delvis – utelukker dens mening og mål, handler man mot både mannens og kvinnens natur, mot deres mest intime forbindelse og dermed også mot Guds plan og hellige vilje.» (Encyklikaen *Humanae vitae*, pkt. 13).

143. Alle former for prevensjon kan også utgjøre en forstyrrende eller hindrende faktor for den dypeste seksuelle kommunikasjonen som skal finne sted mellom kvinnen og mannen i et samleie. Alvorligst er likevel at en rekke prevensjonsmidler er *abortive*, dvs. at de enten hindrer et unnfanget embryo i å feste seg til livmorveggen, med den følge at det dør pga. næringsmangel, eller at de inneholder stoffer som direkte dreper embryoet. Dette sies det svært lite om i produktinformasjonen, men gjelder alle typer p-piller, p-sprøyter, p-plaster, «angrepiller» og spiral. Hormonelle prevensjonsmidler har dessuten til dels alvorlige og langvarige bivirkninger, både for kvinnens helse og for jordens økosystemer. Kvinnens kropp bruker ofte flere år på å gjenvinne sin naturlige fruktbarhet etter inntak av hormonpreparater, og enkelte kan streve i mange år etterpå med å bli gravide.

Barnløshet

144. Omtrent en sjettedel av alle par opplever vansker med å unnfange barn; et mindretall av disse igjen rammes av barnløshet. For par som har fertilitetsproblemer, er det viktig å søke kvalifisert hjelp til å finne ut av parets fruktbarhet, og for de fleste vil det finnes naturlige behandlingsformer som virker. Men for noen er det ikke mulig å unnfange egne barn. Dette innebærer en stor sorg, og det kan ta lang tid å forsone seg med en slik skjebne. Kirken forstår de barnløses smerte, og forsøker

å gi dem et nytt perspektiv på situasjonen: Foreldreskap kan utøves ikke bare rent biologisk; det er i like stor grad en åndelig virkelighet. For noen vil det være riktig å se på muligheten for å adoptere eller bli fosterforeldre for vanskeligstilte barn. For andre vil tidsoverskuddet og energien man har, åpne for muligheter til tjeneste for andre i samfunnet, til å vitne om Kristus til andre. Sorgen over ikke å kunne få egne barn – som kan være større og mer dyptgripende og langvarig enn omgivelsene ofte oppfatter – kan ledes til glede ved å finne andre områder å gi av sine evner og sin kjærlighet.

Assistert befruktning

145. Er assistert befruktning et alternativ ved fertilitetsproblemer? Ved assistert befruktning tas det ut to eller flere eggceller fra kvinnens eggstokker, som befruktes med sæd – enten fra mannen eller fra en donor. Når celledelingen er kommet i gang etter noen dager, implanteres ett eller to befruktete egg i kvinnens livmor. Ubenyttede befruktete eggceller fryses ned og oppbevares til senere bruk eller de destrueres eller doneres til forskning.

146. Ut fra Kirkens overbevisning om at en befruktet eggcelle er et nytt menneske, finner ikke Kirken at fertilitetsklinikkene og forskningsmiljøer utviser tilstrekkelig respekt verken for befruktningsprosessen i seg selv eller for den videre håndteringen av embryoene. Å legge et menneske på is – bokstavelig talt – på ubestemt tid, er en krenkelse av dets rett til liv og utvikling. Kirken mener også at man ikke skal løsrive befruktningen fra samleiet, som eksklusivt er forbeholdt mannen og kvinnen, og utelukker andre parter medvirkning i handlinger som tar sikte på å erstatte mannens og kvinnens forening. Behandlingsformer i for- eller etterkant av samleiet, med sikte på å fremme befruktning, er selvfølgelig tillatt.

Se oppgaver og ressurser til dette kapittelet på Kateketisk senters nettsider.

5





DEL 1:

Familie og huskirke

«Salig er den som frykter Herren
og går på hans veier.»

(Sal 128,1)

147. Å stifte familie er deres største fellesprosjekt. Samtidig som dere sier ja til å dele livet med hverandre, innebærer ekteskapet som regel også livsoppgaven å grunnlegge en familie. Med løftet om å si ja til de barn Gud måtte gi dere, tar dere på dere et ansvar for å oppdra barna i kjærlighet, gi dem omsorg, formidle Kirkens tro til dem, og være deres viktigste støttespillere og rollemodeller.

Familien – et kjærlighetsfellesskap

148. Familien er alltid blitt ansett som det første og viktigste uttrykk for menneskets sosiale natur. Familien er et fellesskap av personer – et personfellesskap – grunnlagt på kjærlighet. I familien kan vi skimte en avspeiling av Treenighetens indre kjærlighet: «Den treenige Gud er kjærlighet i sitt indre liv, hvor den treenige dynamikk er selve uttrykket for den evige kjærlighet Faderen avler Sønnen med, og begge gir seg selv til hverandre i Den Hellige Ånd.» (Pave Johannes Paul II, Brev til familiene, 1994)

149. Familien utgjør en enhet av mennesker som elsker hverandre, der hvert medlem lever i *kommunion* med hverandre, *forenet* i kjærlighet. *Alt vi gjør i dette personfellesskapet er ment å ha kjærligheten som styrende prinsipp.* Det er noe dere gjør klokt i å bruke tid på å reflektere over. I vår tid går vi ofte inn i relasjoner uten å ha tenkt nøye gjennom hvordan vi vil leve dem. Vi lar oss styre av følelsene våre, som stadig skifter, og derfor ofte er et upålitelig kompass; eller av livets ytre omstendigheter, som også skifter støtt.

150. Nå når dere står på terskelen til å danne deres egen familie, vil det være av stor verdi for dere å finne ut av hvordan dere i praksis ønsker å la kjærligheten være veiviser i måten dere tar imot deres barn på, hvordan dere lever ut foreldrerollen, hvordan dere sørger for at hvert eneste familiemedlem føler seg elsket og verdsatt, og hvordan dere beskytter enheten dere imellom mot egoismens alltid lurende farer.

151. Gjennom livet vil kjærlighetsfellesskapet familien er ment å være støte på en rekke utfordringer. Det trenger derfor å hente sin kraft fra Ham som selv er Kjærligheten, ved at vi regelmessig gjør som apostelen Paulus skriver i Efeserbrevet: «Derfor bøyer jeg mine knær for Faderen, han som har gitt navn til alt som kalles far i himmel og på jord. Må han som er så rik på herlighet, gi deres indre menneske kraft og styrke ved sin Ånd. Må Kristus ved troen bo i deres hjerter og dere stå rotfestet og grunnfestet i kjærlighet.» (Ef 3,14–17) Denne «styrke ved sin Ånd» som Paulus ber om er nødvendig i alt familieliv, særlig i kritiske øyeblikk, når kjærligheten mannen og kvinnen har gitt uttrykk for blir utfordret. Gjør en innsats for å be sammen jevnlig, som ektefeller, for deres familiefellesskaps beste, i dyp tillit til at Gud kjenner deres behov og hører deres bønner.

152. Å oppdra et barn er å lære barnet det som er nødvendig for å mestre livet. Gjennom den kjærlighet foreldrene viser barnet, gjennom deres bønneliv og praksis i Kirken, skal barnet lære å tro at Gud eksisterer og hjelpes til en personlig relasjon med Ham. Slik kan foreldrene vise sin tro for barnet, og hjemmet bli en Kirke i det små, en huskirke, et sted hvor Gud får ha sin selvfølgelig plass. I huskirken får nye generasjoner erfare den kjærligheten som har sitt utspring i Gud, og lærer å leve troen i praksis. Gud ser på huskirken med velvilje og helliger den gjennom sin Helige Ånds nærvær.

Storfamiliens sosiale nettverk

153. Storfamilien er det første og viktigste sosiale nettverk mennesket fødes inn i. Alle generasjoner har derfor krav på å behandles med ærbødighet og respekt. Jo yngre og mer behovstrengende et barn er, desto dypere aktelse for dets personlige verdighet og rettigheter har det krav på. De eldre generasjoner har krav på tilsvarende ut fra deres økende omsorgsbehov og den livserfaring og kunnskap de sitter inne med. I dag er det ofte slik at både de yngste og de eldste samfunnsmedlemmer lider under måten arbeidslivet er innrettet på. Ettåringer blir satt i heldagsbarnehage fordi begge foreldrene må ut i arbeid, og våre eldre lider ofte under ensomhet i eget hjem eller isolert fra familien på syke- og aldershjem.

Samfunnsendringer som berører familien

154. Den tradisjonelle forståelsen av familien som en enhet av mor, far og barn har endret seg dramatisk i løpet av de siste 50 år. I Norge er bortimot halvparten av alle familier berørt av skilsmisse, og det er nå flere barn med ugifte, samboende foreldre enn det er barn med gifte foreldre. Forlatte ektefeller, halve familier og sammenslåtte familier har skapt et mindre stabilt og til dels traumatisert samfunn. De fleste av oss er ikke bare vitner til, men også ofre for den mest omfattende krise som noensinne har rammet familien.

Kirkens familiebegrep

155. For Kirken er familiebegrepet mye mer enn en tilfeldig sammenstilling av personer; det vesentlige er kvaliteten i forholdet mellom familiemedlemmene. Disse er ment å leve i et *kjærlighets- og livsfellesskap som har til oppgave å verne om, åpnebare og meddele kjærligheten*. Det innebærer at familiemedlemmene er forpliktet til hverandre livet gjennom og behandler hverandre med kjærligheten som kriterium. Familien karakteriseres dessuten av en dobbel kjærlighetsutveksling: Familiemedlemmene seg imellom og Den treenige Gud og familien imellom.

Familien – samfunnets grunnleggende enhet

156. Familien er den viktigste byggesteinen i samfunnet, et selvstendig og mer opprinnelig fellesskap enn noen annen form for gruppefellesskap eller statsdannelse. Ved sin tjeneste for livet tilfører den kontinuerlig samfunnet nye medlemmer, og det er innenfor familien samfunnsborgerne får sin første sosiale trening. Det sier seg selv at samfunn som består av familier preget av indre stabilitet og harmoni, blir levedyktige, selv bærende samfunn. Dersom familiene rives opp innenfra, smuldrer også samfunnet opp. (*Ønsker dere å lese mer om Kirkens forståelse av familien og dens rolle i samfunnet, anbefaler vi at dere leser Johannes Paul II's apostoliske formaning Familiaris consortio skrevet i 1981 etter bispesynoden om familien, og hans Brev til familiene fra 1994.*)

Familiebegrepet omdefineres

157. Kirken definerer den minste familieenhets som en mor (kvinne) og en far (mann) som er gift og deres barn. Slik har Gud ment det «fra begynnelsen av». Forskjellige pressgrupper forsøker i dag å sidestille parforhold mellom ikke-gifte eller mellom personer av samme kjønn med ekteskapet. Dette ser Kirken på som problematisk,

fordi disse relasjonene ikke gir barn eller voksne optimalt forpliktende eller utfyllende relasjonsvilkår. Det er ikke nok med kjærlige følelser – også forpliktelse og biologisk komplementaritet er nødvendig. Barnets naturgitte rett til en oppvekst med omsorg og kjærlighet fra egne biologiske foreldre må respekteres og gis prioritet.

Nye kjønnsroller

158. Mange steder i verden, og særlig i Vesten, er tradisjonelle kjønnsrollemønstre brutt. Tradisjonelle og kulturbestemte kjønnsroller er blitt erstattet av et ideal der begge kjønn skal kunne utføre alle typer oppgaver, både innenfor omsorg og familieforsørgelse. På den ene side er det positivt at man har oppnådd større likeverd mellom kjønnene, men på den annen side er kvinnens arbeid som mor og omsorgsperson blitt nedvurdert i forhold til lønnet arbeid.

159. Barnets behov for omsorg og kjærlighet fra egne foreldre må gis prioritet i hvordan arbeidslivet organiseres. Det er ingen som i utgangspunktet er bedre skikket til å ta seg av barna enn foreldrene, som kjenner dem og elsker dem. Å oppdra barn er den viktigste og mest samfunnsnyttige tjeneste som finnes, og foreldre må gis muligheten til å kunne ivareta denne oppgaven i samsvar med barnets behov.

Huskirken – rom for Kristus i familielivet

160. Fra det øyeblikk dere inngår ekteskap, innbyr Gud dere til å være en Kirke i miniatyr i deres hverdag. Gud er selv med dere hele tiden, men det er opp til dere å la Ham slippe til med sin inspirasjon og sin barmhjertighet i deres liv som ektefeller og foreldre. Hvordan kan dere bli en huskirke?

161. Det viktigste grepet er å sette av en fast tid der oppmerksomheten først og fremst er rettet mot Gud – hver dag eller noen dager i uken. Be sammen dersom dere deler en kristen tro, les dagens bibeltekst, be en borbønn før hvert måltid, be gjerne rosenkransen sammen o.l. Ektefeller med forskjellig livssyn kan forsøke å skape anledninger i hverdagen der de vier begges overbevisning oppmerksomhet, f.eks. ved at den ikke-kristne deler tanker, musikk eller et bilde som betyr noe for ham eller henne, mens den katolske ektefellen f.eks. deler en bibeltekst, en bønn eller kirkemusikk.

162. For par med forskjellig livssyn er det avgjørende for forholdet at begge gir den andre full aksept for sin måte å praktisere sin tro eller overbevisning på. Vennskapet

dere imellom bør være så trygt og fleksibelt at ingen av dere noen gang skal måtte skamme seg over sin overbevisning.

163. I huskirken innføres barna gradvis i troen på Kristus ved hjelp av foreldrenes eksempel. Å ta barna med i søndagsmessen så ofte som mulig, lese fra Bibelen, be morgen- og aftenbønn, bordbønner, rosenkransen, markere kirkelige høytider og årsdagen for barnas dåpsdag er enkle ritualer som kan innarbeides. Fortellinger om helgeners liv kan hjelpe både barna og dere selv til å finne inspirerende eksempler til å leve i en personlig kjærlighetsrelasjon til Gud. En god støtte for deres overføring av troen til barna får dere i menighetens katekese for barn og unge, og ved å sende barna på de katolske sommerleirene Norges Unge Katolikker arrangerer.

164. Der det er geografisk mulig, kan dere la barna gå på en av våre katolske skoler. Slik kan både barna og dere bli kjent med andre katolske familier og styrke hverandre i å utøve en levende tro. Videre er det viktig at dere deltar aktivt i å forberede barna til å ta imot sakramentene som kommer noen år etter dåpen; skriftemålet, (første)kommunion og konfirmasjonen. Etter hvert kan dere ta barna med på sakramentstilbedelse og pilegrimsturer, som kan bli til avgjørende opplevelser for å vokse i kjærligheten til Kristus.

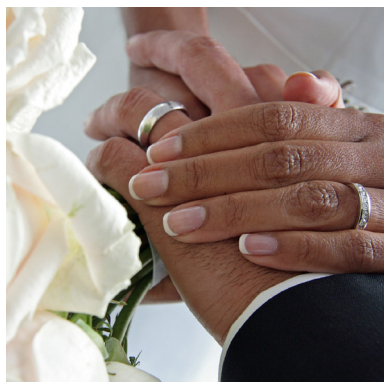
Familiens kirkelige rolle

165. I kirkelig sammenheng har familien følgende oppgaver som deltakere i Kristi rolle som profet, prest og konge:

- Å være et troende og evangeliserende fellesskap
- Å være et fellesskap i dialog med Gud
- Å være et fellesskap i menneskelig tjeneste

166. Gjennom hele livet er det nødvendig å vokse på det åndelige plan, ved å ta imot og forkynne Guds ord, ved å forstå nye sammenhenger i Guds plan for dere etter hvert som nye hendelser farger livsveven deres. *Familien er den viktigste formidler av tro og verdier til nye generasjoner.* Familien er dessuten det viktigste veksthus for nye kall. Fremtidens evangelisering avhenger av huskirken, særlig på steder der anti-religiøse lover, aggressiv sekularisering eller utbredt mangel på tro hindrer en oppdragelse i troen og gjør religiøs vekst vanskelig. Den største utfordring dere vil stå overfor som en kristen familie, vil være å hjelpe deres barn til å leve som overbeviste troende i alle sammenhenger, ikke bare innen «trygge» katolske rammer.

167. Som ektefeller får dere del i *Kristi prestedømme* når dere samler familien til bønn. Å be sammen, som par eller som foreldre og barn, er en naturlig forutsetning for den åndelige enheten dåpen og ekteskapets sakrament tilfører dere. Jesus selv lover dere: «Dette sier jeg dere: Dersom to av dere her på jorden blir enige om å be om noe, hva det enn er, skal de få det av min Far i himmelen. For hvor to eller tre er samlet i mitt navn, der er jeg midt iblant dem.» (Matt 18,19–20)



DEL 2:

Bryllupet

*«Sett meg som et segl på ditt hjerte,
et stempel på din arm!
For kjærligheten er sterk som døden,
lidenskapen er ubøyelig som dødsriket.»*

(Høys 8,6)

Nå begynner det!

168. Vi er nesten ved veis ende i dette kurset. Nå gjenstår bare de siste forberedelsene. Om kort tid er dagen endelig kommet da dere sier ja til et livsfellesskap med hverandre. For mange kan bryllupsdagen fortone seg som en etterlengtet målstrek. Men bryllupsdagen er i langt større grad en startstrek, en begynnelse på en helt ny tilværelse. Gud vil fylle dere med sin Hellige Ånd, og gi dere kraft og mot til å klare denne oppgaven, uansett størrelsesorden.

169. Bryllupsdagen er først og fremst deres dag, og den kirkelige handlingen er det viktigste som skjer av ritualer på bryllupsdagen. Vielsen skal være enkel og verdig. Bruk denne siste kursdagen til å skaffe dere så mye informasjon som mulig for å kunne planlegge en bryllupsliturgi med personlig preg. Presten vil kunne opplyse dere om hva som må være oppfylt for at dette skal skje i henhold til Kirkens form.

Tenk gjennom hvordan bryllupet deres skal være

170. Se om det er noe dere vil spørre kurslederne om, men hovedarbeidet må dere gjøre hjemme. Bruk god tid på denne oppgaven, gjerne en del uker. Samarbeid med presten som skal vie dere. Bruk vielsesritualet, liturgiplanene og tekstforslagene for et bryllup som dere vil få utdelt. Dere må ta stilling til følgende:

1. Skal det være vielse med eller uten messe? Lag gjerne et hefte til gjestene.
2. Velg lesninger fra en oversikt dere får som eget vedlegg. Hvilke lesninger

taler spesielt til dere, kan fungere som et livsmotto, eller sier noe om dere som par? Velg også forbønnene dere ønsker å ha med, eller få venner til å formulere disse.

3. Velg hvilket formular for vielsesritualet dere vil bruke – å fremsi løftene fullt ut, eller bare svare «ja» på prestens spørsmål.
4. Finn salmer og eventuelle musikkinnslag (familie/venner som vil synge, kor, organist).
5. Tenk ut om dere ønsker å gjøre bruk av symboler eller handlinger som er spesielle for deres land eller kultur i tillegg til det som vielsesritualet legger opp til.

Symbolbruken

171. Vielsesritualet er forholdsvis enkelt, men fylt av en sterk og vakker symbolikk – løfter, håndslag, utveksling av ringer og stadfestelse av gyldighet. Dere uttrykker høytidelig i Guds og vitners nærvær at dere ønsker å elske hverandre livet ut. Med dette offentlige uttrykk for deres kjærlighet, får løfteavleggelsen en bindende karakter. Med ja-ordet trer løftene dere avgir i kraft, og Gud begynner å skjenke dere ekteskapssakramentets nåde. Håndslaget tydeliggjør både for brudeparet og for vitnene den livsvarige pakten som sluttes mellom brud og brudgom. Ringene er tegnet på den livslange troskapen dere lover hverandre, der den sluttete ringen og edelmetallet gull står for uforgjengelighet. Presten bekrefter at ektepakten er gyldig inngått for Kirken og dens folk. Dersom dere begge er katolikker, vil det å feire Eukaristien sammen og motta Kristus i Alterets sakrament som ektefeller være særlig betydningsfullt: Dere får del i det kjærlighetsofferet Kristus som Brudgom ekter sin Brud, Kirken, med.

Andre symboler

172. Lokale skikker inkluderer ofte symbolske ritualer som ikke er nødvendige, men som tjener til å uttrykke tydeligere den dype menneskelige og religiøse betydningen av ekteskapsinngåelsen. I noen land er det skikk at brudeparet legger brudebuketten ned foran en statue av Jomfru Maria, som tegn på at de betror sin fremtid til hennes forbønn, i andre at ekteparet «krones». Klesdrakten har fra gammelt av blitt tillagt betydning, med rødt eller hvitt som tegn på henholdsvis kjærlighet og renhet. Hvit brudekjole er også et symbol på dåpskledet, som viser at den troende har ikledd seg Kristus. Brudebuketten og brudgommens blomsterpynt på jakkeslaget har røtter til-

bake til romertidens fruktbarhetssymboler. Presten kan fortelle dere hva som kan tas med av andre kulturbetingede skikker, og hva som ikke hører hjemme i kirken.

Anledning til skriftemål

173. For katolikker er det å gå til skrifte før vi skal motta et nytt sakrament en måte å forberede seg til de nådegaver Gud vil gi oss i sakramentet. Å skrifte før dere gifter dere er en fin anledning til å starte det nye livet som ektefeller med blanke ark, skyldfrie og lettet for hva dere måtte ha gjort galt i nær eller fjern fortid. Tenk etter om det finnes noe uoppgjort mellom dere to, som dere vil be hverandre om tilgivelse for før bryllupet. Det siste er en god ting å gjøre, selv om ikke begge skrifter. Presten kan forklare dere mer inngående om skriftemålets betydning og virkninger.

Praktisk øvelse

174. En dag eller to før bryllupet kan dere øve på hvordan dere skal bevege dere i kirkerommet, hvor dere skal sitte/stå/knele, hva dere skal si, hvor forlovere og andre skal være plassert. Det kan være en fordel å be dem som skal ha en aktiv rolle om å være med på øvelsen.

Se oppgaver og ressurser til dette kapittelet på Kateketisk senters nettsider.

Lesetips

I denne tekstboken vil dere møte flere henvisninger til ulike kirkelige dokumenter. Disse dokumentene viser først og fremst at Den katolske kirkes forståelse av ekteskapet og dets etikk ikke kun er noe som en forfatter eller komité har kommet frem til, men derimot er hele den samlede Kirkes felles forståelse; dens lære. Her kan vi bare nevne dokumentene veldig kort, og vi anbefaler dere gjerne å studere dem nøyer, fordi de kan tjene til å fordype deres kunnskap om Kirkens forståelse av ekteskapet og livets etikk.

De dokumentene dere vil møte i teksten er (i tillegg til Bibelen):

Den Katolske Kirkes katekisme (KKK), 1992, <http://www.katolsk.no/tro/kkk> – spesielt om ekteskapets sakrament, 1601–1666.

YOUCAT – Ungdomskatekisme for Den katolske kirke, St. Olav forlag – Oslo, 2013.

Om sakramentene generelt, 172–178 og om ekteskapets sakrament, 260–263.

Pave Paul VI, Encyklika om menneskelivets videreføring, *Humanae vitae*, 1968. (<http://www.katolsk.no/dokumenter/dokumenter-fra-vatikanet/paul6/hv>)

Pave Johannes Paul II, apostolisk formaning om familielivet, *Familiaris consortio*, 1981. (På engelsk: http://www.vatican.va/content/john-paul-ii/en/apost_exhortations/documents/hf_jp-ii_exh_19811122_familiaris-consortio.html)

Pave Johannes Paul II, brev til familier, *Gratissimam sane*, 1994, spesielt 6–23 (På engelsk: http://www.vatican.va/content/john-paul-ii/en/letters/1994/documents/hf_jp-ii_let_02021994_families.html)

Pave Johannes Paul II, encyklika om menneskelivets verdi og ukrenkelighet, *Evangelium vitae*, 1995. (<http://www.katolsk.no/dokumenter/dokumenter-fra-vatikanet/jp2/ev>)

Pave Benedikt XVI, encyklikaen Gud er kjærlighet, *Deus caritas est*, St. Olav forlag – Oslo, 2007, spesielt 1–18

Pave Frans, apostolisk formaning om kjærlighet i familien, *Amoris laetitia*, 2016, spesielt kap. 1–5, kap. 7, kap. 9, 2016 (På engelsk: http://www.vatican.va/content/francesco/en/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20160319_amoris-laetitia.html)

Den svenske dominikanerinnen Sr. Sofies Hamring har skrevet:

Sr. Sofie Hamring O.P. og Peter Wiberg: <https://www.kroppensteologi.se/> Spesielt fanen “Äktenskap”.

Sr. Sofie Hamring O.P., *Till man och kvinna skapade Han dem*, Artos 2011.

Kjærlighet for livet er det ekteskapsforberedende kurset OKB tilbyr alle par som ønsker å bli ekteviet i Den katolske kirke. Her er Kirkens ekteskapsforståelse forklart med utgangspunkt i Den hellige Skrift og i Kirkens læredokumenter, supplert med enkelte kommunikasjonsstyrkende og konfliktforebyggende strategier. Med dette verktøyet vil menighetene kunne gjennomføre en ekteskapsforberedelse i tråd med intensjonene i pave Johannes Paul IIs apostoliske formaning *Familiaris Consortio*, og også i tråd med pave Benedikts og pave Frans' skriv om ekteskapet.

Heftet gir en grundig innføring i en rekke temaer - kallet til ekteskap, tros- og kulturforskjellige ekteskap, Guds opprinnelige hensikt med ekteskapet, kjønnskomplesmentaritet, relasjonsstyrking, seksualitet, videreføring av livet, naturlig familieplanlegging, foreldrerollen og familieliv, konfliktløsning, forsoning og planlegging av selve bryllupet.

Det er meningen å bruke teksteftet parallelt med nettressurser som ligger på <https://katekese.no>. Her finner man spørsmål til refleksjon og en rekke oppgaver som utfordrer parene til å tenke gjennom de etiske valgene og de relasjonsutviklende situasjonene livet som ektefeller byr på.

Kateketisk senter står bak denne utgivelsen, som er en revidert og forkortet utgave av et kurs med samme navn fra 2005/2010.

