

TIL KURSLEDERNE

Kateketisk senter har foretatt en større revidering av den ekteskapsforberedende katekesen *Kjærlighet for livet*, der hensikten har vært å korte ned innholdet til et format som er overkommelig å gå gjennom innenfor 4-5 kurssamlinger, å digitalisere en del av ressursene samt å lette oversettelsen av heftet til andre språk.

Her følger en kort innføring i hvordan stoffet nå er bygget opp og hvordan man enkelt kan sette i gang ekteskapsforberedende katekese i menighetene.

A. OVERSIKT OVER KURSMATERIALET

2021-versjonen av OKBs ekteskapsforberedende katekesemateriale består av:

- **Ett trykt teksteft** som menighetene kjøper via St. Olav bokhandel og deler gratis ut til parene. Teksteftet foreligger på norsk, og vil snart være tilgjengelig også på engelsk og polsk.
- **Nettside med ressurser:** <https://katekese.no/ekteskap/ressurser-til-ekteskapskurs/>

Teksteftets oppbygning

Vi har delt teksteftet inn i **5 hovedkapitler**, for å fordele stoffet noenlunde jevnt på 5 kurssamlinger. Kapitlene er igjen delt inn i **to underkapitler** – slik at alle de ti hovedtemaer i det tidligere kursmaterialet fortsatt er med, men i litt annen rekkefølge.

Alle avsnitt i teksteftet er fortløpende nummerert. Dette er for å lette parallell bruk av hefter på andre språk blant tospråklige par eller flerspråklige grupper.

Bakerst i teksteftet finnes det en side med **generelle lesetips**, der Kirkens viktigste læredokumenter knyttet til ekteskapet er listet opp.

Nettsidens innhold

Nettsiden inneholder:

- **PDF-filer med 3 refleksjonsspørsmål til hvert kapittel** ment for parenes egen bearbeidelse av stoffet
- **Oppgaveark til hvert delkapittel**
- **PDF-filer med tilleggsressurser til enkelte kapitler.**

Både oppgavearkene og tilleggsressursene kan gjerne skrives ut og deles ut til deltakerne.

Refleksjonsspørsmålene er ment å være en hjelp for parene til å tenke over temaene i hvert kapittel på egenhånd, **etter hver kurssamling.**

Oppgavene er tilordnet de nummererte avsnittene i kursheftet. De fleste oppgavene er fra det tidligere arbeidsheftet, men alle er revidert og aktualisert. De er tydelig merket med om de er ment som gruppesamtale eller som parøvelse.

Som kursledere avgjør dere selv hvilke oppgaver dere vil bruke, alt etter hva som passer for gruppen dere underviser og tiden dere har til rådighet. Vi vil likevel sterkt anbefale dere å bruke i alle fall noen oppgaver i undervisningen – for å gjøre denne mer levende og for å gi parene anledning til samtale og refleksjon over viktige temaer.

Opgavearkene inneholder dessuten **praktiske oppgaver** som parene kan arbeide med etter hver samling, **lesetips** som er relevante for hvert delkapittel og adresser til **nyttige nettsteder**.

PDF'ene med tilleggsressurser består av **utfyllingsskjemaer** og **oversikter** til enkelte av oppgavene, selve **vigselsliturgien** samt en **liste over bibeltekster** egnet for vielsen – alt ordnet etter kapitlenes temaer.

B. HVORDAN GJENNOMFØRE EKTESKAPSFORBEREDENDE KURS I MENIGHETEN?

Å komme i gang

Som en hjelp til å komme i gang med ekteskapsforberedende kurs i menighetene, gir vi her noen generelle tips til hvordan man kan organisere og gjennomføre kursene praktisk.

Kateketisk senter vil anbefale at menighetene begynner med å etablere ett eller flere **ekteskapsforberedende team – E-team** – bestående av en prest og et erfarent ektepar som har vært gift i minst ti år, gjerne med bakgrunn fra kirkelige bevegelser eller bønnegrupper som har ekteskap og familie som sitt særlige apostolat. Også Kirkens permanente diakoner kan med fordel trekkes inn i E-teamene. Det kan være til god hjelp om ekteparene som skal lede kursene har en faglig bakgrunn fra medisin, jus, psykologi eller familierådgivning. Store menigheter kan ha behov for 3 eller flere E-team. Mindre menigheter kan gå sammen om å opprette ett felles E-team som betjener to eller flere små menigheter, alt etter lokale forhold. Kateketisk senter kommer gjerne og kurser E-teamene i hvordan holde ekteskapsforberedende kurs, og vi vil tilby **E-teamseminarer** for kurslederne med jevne mellomrom.

De fleste bryllup finner sted i vår- og sommermånedene. Erfaringsmessig lønner det seg å tilby kurs i tidsrommet januar-april med tanke på parene dette gjelder. I store menigheter vil det ofte også være nødvendig med høstkurs eller flere parallelle kurs for å etterkomme behovet. **Kunngjør kursene** i god tid på menighetssidene, sosiale medier og gjerne også i lokalpressen.

Vi anbefaler at kurset går over minst fire -fem ganger og over en periode på 2-4 måneder. Dette for å gi deltagerne muligheten til å gå gjennom **en reell refleksjonsprosess over noe tid**. Lynkurs er ikke å anbefale før et så avgjørende steg i livet.

Den ekteskapsforberedende katekesen er obligatorisk for alle som skal gifte seg i Den katolske kirke. Ofte er det slik at noen par har kort frist til sin planlagte vielsesdato. Dersom et par skulle ha fastsatt bryllupet til en dato før kurset er ferdig, bør brud og brudgom ønskes velkommen til å fortsette å delta i katekesen etter vielsen. Vår erfaring er at parene har godt utbytte av dette, selv om vi ideelt sett hadde ønsket å gi dem hele kurset før ekteskapsinngåelsen.

Systematisk forhåndsinformasjon om kursene er helt nødvendig for å motvirke brudepars manglende tid til en grundig ekteskapsforberedelse, og er et langsiktig arbeid menighetene bør gå inn for. Det handler om å nå og bevisstgjøre målgruppen. Dette kan skje ved at menighetene planmessig kunngjør tidspunktene for den ekteskapsforberedende katekesen i søndagsmessene, bruker bispedømmets og menighetenes nettsider, lokalpresse og sosiale medier, samtidig som man gjør tydelig oppmerksom på kursenes varighet. Unge kirkegjengere vil bli vant til å høre disse beskjedene, og når deres tur en dag kommer, vil de ha forstått at de bør sette av god tid til forberedelsen.

Ved sakramentsmottagelse skal instruksjonen Kirken gir være gratis. Å bringe evangeliet ut til de forskjellige grupper troene er et apostolat, ingen forretningsvirksomhet. Kursavgift bør derfor kun innkreves i den grad det er absolutt nødvendig for å dekke utgifter, og må aldri utelukke noen fra å delta på kursene.

Tilpasning til målgruppen

Fordi vi har et så stort mangfold av nasjonaliteter og kulturer i vår Kirke, vil det alltid by på utfordringer å undervise grupper av par som melder seg til ekteskapsforberedelse. Gruppesammensetningen vil variere mye fra gang til gang. Flexibilitet og improvisasjon er stikkord i denne forbindelse. Noen ganger vil gruppen bestå av personer med grundig innsikt i troen, andre ganger vil det være nødvendig å supplere det ekteskapsforberedende kurset med en oppfriskning i grunnleggende troslære eller ren katekese. (Her kan Sycamore-filmene være en god ressurs å gi parene. Disse foreligger nå med undertekster på norsk, polsk, vietnamesisk, svensk og fransk.) Kursdeltagerne har dessuten ofte en god del praktiske spørsmål de retter til kursledere og presten. Et godt planlagt kurs tar hensyn til det behovet, og gir parene rom for å få avklarende svar.

Størrelsen på gruppen, dvs. antall par, varierer fra kurs til kurs. Deltakerantallet har mye å si for hvordan man legger opp kurset. Vår erfaring tilsier at idealstørrelsen på en gruppe er 7-8 par. Er det færre enn tre par, vil de ha mer utbytte av å undervises privat. Er det 10-15 par, vil det bli lite tid til å gjøre oppgaver og dele refleksjoner. Vurder da muligheten for å kjøre to eller flere kurs – parallelt eller etter hverandre.

Et godt forberedt kurs er nødvendig for å lykkes! Legg en del arbeid i å planlegge hvordan kurset skal gå av stabelen og hvordan dere vil vektlegge og presentere innholdet i katekesen (hvilke kapitler/delkapitler presenteres av presten/ekteparet/diakonen; hvem tar ansvar for hva) .

Det er ingen ting i veien for å **supplere stoffet** vi her tilbyr med annet materiale – enten det er videoer, egne opplegg eller ressurser fra andre land. Men det er **sterkt ønskelig** at forlovede i alle våre menigheter i alle fall går gjennom innholdet som er samlet i dette programmet, slik at parene tilbys **en mest mulig enhetlig ekteskapsforberedende katekese** uansett hvor i landet de måtte bo.

Forberedelser til første samling

Gjør i stand rommet dere skal bruke. Har dere nok plass, kan det være en fordel med en samtaleavdeling med stolene i ring og en arbeidsavdeling med bord som deltagerne kan sitte og arbeide ved. Er det mindre plass, sett deltagerens stoler og bord i en hesteko, og la kurslederne ha enkle stoler i den åpne enden av hestekoen.

Sett frem skrivesaker og ark/notathefter til deltagerne. Sett opp projektor/whiteboard/flipover etter behov. Gjør det veldig enkelt!

Sett gjerne frem te/kaffe, vann og glass, servietter og litt å bite i. Den siste kursdagen kan parene inviteres til å ta med en liten rett hver.

Det kan være stemningsskapende å sette frem blomster, tenne et lys eller bruke rolig bakgrunnsmusikk når deltakerne ankommer, under oppgaveløsningen og i pauser.

En helhetlig, evangeliserende tilnærming

Ekteskapskursene er en viktig anledning til å introdusere parene for hva vår tro står for og gi dem en innføring i menighetslivet. Mange har bare vært i kirken sporadisk etter at de ble konfirmert. En av kursdagene kunne det være fint å vise deltakerne kirken og forklare dem de viktigste elementene i kirkerommet – døpefonten, alteret, Jesu Kristi levende nærvær i tabernakelet m.m. – og gjerne be en bønn sammen. En annen kursdag kan deltakerne inviteres til å være med på en av menighetens messer, og en tredje kursdag få møte nøkkelpersoner i menighetslivet eller representanter for grupper som er engasjert i ekteskaps- og familierettede apostolater. Menigheten bør også legge til rette for at parene kan gå til skrifte før selve bryllupet.

Gi deltakerne muligheten til å **oppdage og erfare hvem vi tror på**: Den treenige Gud – **Faderen, Sønnen og Den Hellige Ånd**. Bruk bibeltekstene i kursmaterialet aktivt; trekk inn frelseshistorien. Gi deltakerne gode forklaringer på hva alle sakramentene betyr. Skap rom for bønn, og bevisstgjør deltakerne om Jesu Kristi faktiske nærvær der 2 eller 3 ber sammen, og hans ledsagelse i deres liv.

Første kursdag

Ta hyggelig imot hvert enkelt par første kvelden.

Parene kan gjerne sette seg i ring for at alle skal kunne se hverandre. Lederne presenterer seg for gruppen når alle har satt seg. Fortell litt om dere selv, deres bakgrunn for å lede ekteskapsforberedende kurs og hvilken rolle dere har i kurset. Presten kan ha lang erfaring med ekteskapsforberedende katekese og kan vitne om sitt eget kall. De andre kurslederne kan gjerne si noe om sitt eget ekteskaps varighet, om de har barn/barnebarn, om det å leve et familieliv og være engasjert i menighetslivet.

Ta deretter en navnerunde. Denne kan gjerne gjennomføres på en morsom måte som hjelper dere og deltagerne til å memorere navnene. Hvis det er mange deltakere på kurset, er det lurt å dele ut navneskilt. Ta gjerne en runde der dere spør parene om hvilke forventninger de har til kurset.

Taushetsløfte bør avlegges med en forklaring om hva dette innebærer: At det alltid er tillatt å snakke om egne opplevelser fra kurset til mennesker utenfor, men aldri nevne eller snakke om andre deltakere fra kurset. Videre er det viktig å påpeke at den enkelte selv må sørge for hvor mye han eller hun velger å si om sitt eget liv. Deltagerne kan gjerne være personlige, men ikke private. Det er ikke tillatt å presse noen til betroelser.

Råd alle til å ta ansvar for seg selv. Ekteparene som fungerer som kursledere må selvfølgelig ta ansvar for å gi et personlig vitnesbyrd om egen livserfaring uten å utlevere sitt og ektefellens privatliv.

Gi deltagerne en orientering om den ekteskapsforberedende katekesens målsetning, oppbygning og innhold – og hvor de finner nettressursene de trenger. Det meste gjør parene selv ved å lese og snakke sammen. Kurset er ingen skole med evaluering av den enkelte, men alle oppfordres til å ta aktivt del, arbeide med sitt eget parforhold og legge et godt grunnlag for en fremtid sammen. Presiser at det heller ikke er bryllupstvang! Man kan følge kurset uten umiddelbare planer om giftermål. Gjør også parene oppmerksomme på at kurset kan virke avklarende for dem som måtte være i tvil om de skal gifte seg. Det kan hende noen finner ut at det ikke er tingen for akkurat dem, og det er i seg selv en viktig avklaring.

Inviter deltagerne til å føle seg frie til å komme med egne meninger og spørsmål underveis; understrek at dere er åpne for innspill og meningsutvekslinger. Ta spørsmåls- eller oppklaringsrunder med jevne mellomrom i løpet av kurssamlingen. Angi omtrentlige tider for arbeidsøkter og pauser.

Gruppeøvelser ved oppstarten

Her følger fire korte øvelser til hjelp for å bryte isen og bli litt kjent.

Marker 3 punkter på gulvet, for eksempel ved å sette frem 3 stoler:

1 Hvor lenge har dere vært sammen?

Stol 1: dere har kjent hverandre under ett år

Stol 2: ett til tre år

Stol 3: tre år eller mer

Be parene stille seg bak den stolen som angir tidsrammen for deres forhold. Pass på at alle ser alle. Be hvert par fortelle hvor lenge de har vært sammen.

2 Geografi og nasjonaliteter

Bruk gjerne hele gulvet og antyd kontinenter hvor folk kan samle seg, for eksempel et område for Latin-Amerika, et for Afrika, Europa, Asia. Bruk litt tid på å spørre deltakerne om de vil fortelle hvor de kommer fra, hvor lenge de har vært i Norge, hvorfor de kom hit. Be deltakerne stille seg på markeringen som angir hvor de ble født etter hvert som de er ferdig utspurt.

3 Hvor stor er familien du vokste opp i?

Marker plasser på gulvet som indikerer antall søsken (0, 1, 2-3, 4-6, 7+) og be dem stille seg opp etter hva som passer.

4 Hvem er katolikk og hvilke andre trossamfunn tilhører partneren?

Gå frem på samme måte som ovenfor. Bruk litt tid til å la den enkelte snakke for seg.

Fremgangsmåten i disse gruppeøvelsene skaper bevegelse og bidrar til en uanstrengt stemning. Samtidig blir mye viktig informasjon gitt i en mindre høytidelig situasjon enn fortalt fra sittende stilling. Dette både hjelper parene til å bli litt kjent med hverandre og til å oppdage eventuelle fellestrekk, og det gir kurslederne nyttig kunnskap om deltakerne.

Avslutning

Avslutt alle kursdager med:

- En kort tilbakemeldingsrunde (ca. 10 min.) der parene får si hva de har fått ut av kursdagen.
- Å fortelle hva parene skal arbeide med frem til neste gang.
- En felles bønn – f.eks. Fader Vår, eller bønningen som står etter Kap. 1.
- Prestens velsignelse.

C. EN EKTESKAPSFORBEREDELSE SOM INVITERER PARENE INN I MENIGHETSLIVET OG EN PASTORALOMSORG SOM FØLGER DEM OPP

Både pave Johannes Paul II og pave Frans har ansett ekteskap og familie som et særlig viktig innsatsområde for Kirken, og kalt inn til bispesynoder som har hatt den kristne familie som tema. Begge har gitt oss skisser til en ekteskapsforberedelse som adresserer situasjonene vår tids par står i, samtidig som brudekatekesens eviggyldige formål – kallet til trofast og livslang, fruktbar kjærlighet – formidles. Begge paver har understreket behovet for ekteskapsforberedende programmer som tydeliggjør forbindelsen mellom ekteskapets sakrament og dåpens, konfirmasjonens og eukaristiens sakramenter. De har også oppfordret til en så relevant forkynnelse av kjernen i Jesu Kristi evangelium at parene som forbereder seg til ekteskap kan gjenoppdage eller styrkes i sin tro, og få en reell forsmak på det å delta i det kirkelige liv.

En del av forslagene fra Johannes Paul II og pave Frans går ut på følgende:

Parene bør få muligheten til å møte erfarne ektepar og familier (f.eks. som kursledere), få en innføring i sin menighets gudstjenesteliv og apostolater, i tillegg til selve brudekatekesen og informasjon om de psykologiske, juridiske og medisinske sidene ved ekteskapet.

Formålet med brudekatekesen er å hjelpe unge par til å oppdage verdigheten og skjønnheten i ekteskapet, få øye på Guds opprinnelige visjon for ekteskapet og invitere dem til å bli et levende tegn på "enhetens og den fruktbare kjærlighets mysterium som består mellom Kristus og Kirken"

(jf. *Ritual for ekteskapsvigsel*, 8), der de gir seg selv for hverandre, slik Kristus ga seg selv for Kirken (Ef 5,25).

Vi anbefaler E-teamene en dyptgående lesning av Johannes Paul IIs *Familiaris Consortio*, pkt. 65-78 og pave Frans' *Amoris Laetitia*, pkt. 205-216, men les gjerne dokumentene i sin helhet.

Foreslåtte temaer fra *Familiaris Consortio*:

- Bevisstgjøring om verdiene som angår ekteskap og familieliv; hjelp til å få et korrekt syn på verdienes hierarki.
- Selve brudekatekesen, som Johannes Paul II kaller en reise i troen lignende katekumenatet, må gi brudeparene en dypere kunnskap om mysteriet i relasjonen mellom Kristus og Kirken, om betydningen av nåden og det kristne ekteskaps ansvar, foruten aktiv og bevisst deltagelse i ekteskapsliturgien.
- En strukturering av brudekatekesen som gir parene ikke bare en intellektuell opplæring, men også inngir et ønske om å gå aktivt inn i menighetsfellesskapet.
- Par hvor graden av tro er svært forskjellig pålegger prestene plikten til å frembringe en gjenoppdagelse og modning av troen. Dette er en høyaktuell problemstilling her i Norge. Blandede og ritusforskjellige par krever at man er særlig oppmerksom på den katolske parts rett til fri utøvelse av sin tro og plikt til å sikre så langt det er mulig barnas oppdragelse i den katolske tro. Den økumeniske verdien av blendede ekteskap må fremheves.

Bispesynodene om familien i 2014 og 2015 understreket behovet for å involvere hele menigheten i forberedelsen av par til ekteskapet, både ved å fremheve familiers vitnesbyrd, og ved å tydeliggjøre forbindelsen mellom ekteskapets sakrament og innvielsessakramentene. Videre påpekte de behovet for å innlemme dydene – og da særlig kyskhetens dyd – i forberedelsen.

I den post-synodale formanningen *Amoris Laetitia* (2016) understreker Pave Frans at hver lokalkirke selv må finne ut av hvordan den vil tilby passende ekteskapsforberedende programmer, der kvalitet er viktigere enn kvantitet, og der en fornyet forkynnelse av *kerygma* – som avdekker Jesu evangelium og gjør det nærværende, relevant for den enkelte – går hånd i hånd med informasjon som kan hjelpe parene til å leve resten av livet sammen med stort mot og generøsitet.

Forslag for ekteskapsforberedelsen i *Amoris Laetitia*:

- Parene bør oppfordres sterkt til å diskutere hva hver av dem forventer av ekteskapet, hva de forstår med kjærlighet og forpliktelse, hva de ønsker av hverandre og hva slags liv de ønsker å bygge sammen. De bør hjelpes til å gjenkjenne dypere årsaker som kan sikre en ekte og stabil forpliktelse. Dette som hjelp til å skjelne om de har nok til felles til å kunne holde sammen et helt liv – eller ikke (jf. *Amoris Laetitia*, 209 og 210). (Oppgavene i kursmaterialet egner seg nettopp til dette.)
- Det å gjenkjenne hverandres svake sider må følges av en realistisk tillit til muligheten for å utvikle de gode sidene som kan motvirke dem. Det må følgelig finnes vilje til å takle ofre, problemer og konfliktsituasjoner, og parene må være i stand til å oppdage faresignaler i sin relasjon og finne effektive måter å besvare disse på, slik at de ved vielsen er klare for å gå

løs på et livslangt kall med et resolutt og realistisk forsett om å møte alle prøvelser og vanskelige øyeblikk sammen (*Amoris Laetitia*, 210).

Et viktig moment pave Frans fremhever er at pastoralomsorgen både for forlovede og gifte må være sentrert om ekteskapsbåndet: "Dette innebærer ikke bare å hjelpe dem til å akseptere Kirkens lære og ha tilgang til Kirkens verdifulle ressurser, men også å tilby praktiske programmer, gode råd, utprøvde strategier og psykologisk veiledning. Dette ber om en "kjærlighetens pedagogikk", tilpasset unge menneskers følelser og behov, og i stand til å hjelpe dem til indre vekst" (*Amoris Laetitia*, 211).

- Ekteskapsforberedelsen bør skaffe parene navn på steder, personer og tjenester parene kan ty til når problemer dukker opp.
- Paret bør oppfordres til å gjøre feiringen av bryllupsliturgien til en dypt personlig erfaring og verdsette betydningen av seremoniens tegn og symboler. Pave Frans fremhever viktigheten av å forstå og holde ord og løfter, og være klar over at det følger ofre med dem (*Amoris Laetitia*, 213–214)
- Parene bør forberedes på at de må innta en aktiv og kreativ rolle i å gjøre ekteskapet godt samt på å godta hverandre slik de er, som uferdige personer i vekst, og være villige til å overvinne alle hindringer, også ved hjelp av nådene de mottar i velsignelsen på bryllupsdagen (*Amoris Laetitia* 217-218).

Alt dette utfordrer oss til å tenke dypere om den ekteskapsforberedende katekesen i våre bispedømmer her i Norge, og til å satse mer tid og krefter på en koordinert utvikling av ekteskapsforberedende programmer og permanente tjenestetilbud som kan yte forlovede og ektepar den oppfølging de måtte ha behov for.

Kateketisk senter vil derfor oppfordre menighetene til konstruktive innspill om disse temaene, slik at vi i fellesskap kan styrke ekteskapsforberedelsen.