

Workshop för ungdomar

Svenska Bahá'í sommarskolan 2026, Torsdag 9 juli, kl 14-17

Sektion 1 - Lära känna sig själv



Läs citaten och sedan reflektera

1. "...att människan bör känna sitt eget jag och inse vad som leder till upphöjelse eller till förnedring, till ära eller vanära, till rikedom eller fattigdom." Bahá'u'lláh, *Tablets of Bahá'u'lláh*, p. 35)
2. "Grundstenen i ett liv som levs på Guds väg är strävan efter moralisk fullkomning och utvecklandet av en karaktär som är smyckad med egenskaper som behagar Honom." (Shoghi Effendi, *Compilation of Compilations*, Vol. I, #162)
3. "Concerning your wish for a marriage partner to enhance your life and service, you are encouraged to trust in God, pursue your purposes with a joyful heart, and identify opportunities, through your own prayerful consideration or through consultation with others, to meet a man to whom you could consider being married." (On behalf of the Universal House of Justice to an individual, August 25, 2010)

Gruppdiskussion

1. Vilka sätt eller aktiviteter finns det för att lära känna sig själv bättre?
2. Vad kan värdet vara i att förbereda sig för relationer/äktenskap? Hur kan det öka sannolikheten för att få en positiv upplevelse?
3. Är det lätt eller svårt att känna sig själv väl? Varför?
4. Hur kan att känna sig själv bidra till att bygga en relation med någon?

Sektion 2 - Valet av en potentiell partner



Börja med en vänskap eller bygg en vänskap efter att en relation har inletts

Vänskaper kan på många sätt hjälpa att förbereda oss för äktenskap. De ger oss möjligheter att expandera vår kunskap om oss själva, stärka våra relationsförmågor, och utveckla vår karaktär. Vi kan också förbättra vår förmåga att uppmärksamma hur en vän utövar goda karaktärsegenskaper och dygder. Genom att reflektera över hur vi hanterar våra vänskaper kan vi identifiera vilka färdigheter och egenskaper vi skulle gynnas av att utveckla vidare. Att skapa nya vänskaper breddar kretsen av möjliga relationer och ökar sannolikheten att hitta en äktenskapspartner.

1. "Herren, ...har skapat kvinnan och mannen för att leva tillsammans i den närmaste gemenskap och att vara såsom en själ. De är två medhjälpare, två nära vänner som bör vara angelägna om varandras välgång." ('Abdu'l-Bahá, *Selections from the Writings of 'Abdu'l-Bahá*, #92)
2. "Du gör rätt i att överväga denna fråga mycket noggrant, eftersom en Bahá'í bör träda in i äktenskapet med den fulla avsikten att skapa en gemenskap som inte bara är livslång utan även ett evigt kamratskap i alla Guds världar.

"Ett gift par kan vara en enorm styrka och stöd för varandra, men att bygga ett starkt, enat äktenskap kräver uthållighet, ansträngning och att övervinna många svårigheter tillsammans. Därför råder 'Abdu'l-Bahá ett ungt par att lära känna varandras karaktär noggrant innan de tar detta mycket viktiga steg. de måste tänka inte bara på effekten på varandra utan på effekterna av deras karaktär på de barn som kommer att bli frukten av äktenskapet". (On behalf of the Universal House of Justice, "Investigation of Character, Courtship Practices, and Selection of a Marriage Partner", #11]

3. "...[L]yckliga äktenskap bygger på en djup vänskap. Med det menar jag en ömsesidig respekt för och glädje över varandras sällskap. Dessa par känner vanligtvis varandra mycket väl – de känner till varandras omtyckta och mindre omtyckta saker, egenheter i personligheten, förhoppningar och drömmar. De hyser en varaktig uppskattning för varandra och visar sin tillgivenhet inte bara genom stora handlingar utan också genom små gester i vardagen. Vänskap håller romantiken levande eftersom den är det bästa skyddet mot att

börja se sin make eller maka som en motståndare. I de starkaste äktenskapen delar man och hustru en djup känsla av mening. De kommer inte bara överens – de stödjer också varandras förhoppningar och livsmål och bygger tillsammans ett gemensamt syfte med sina liv."

(John M. Gottman, PhD, and Nan Silver, *Seven Principles for Making Marriage Work*, 2nd ed., pp. 21-22; p. 28)

Gruppdiskussion

1. Vilka är några delar av sunda och hälsosamma vänskaper?
2. Hur bidrar eller påverkar glädje, humor och skratt till en vänskap?
3. Vilka utmaningar kan finnas i övergången från vänskap till en kärleksrelation med någon? Hur kan det hanteras?
4. När är det lämpligt att vara "privat" eller "offentlig" med en relation som håller på att utvecklas?
5. Vilka erfarenheter av tjänande har varit hjälpsamma för att lära känna någon bättre?
6. Hur påverkar det att vara introvert eller extrovert dina vänskaper eller relationer? Hur kan denna del av din personlighet påverka ditt engagemang i familjen, bland vänner och i samhällslivet?
7. Hur kan ett par studera eller lära sig om varandras karaktär på ett naturligt och användbart sätt?

Aktivitet

Instruktioner: Bilda grupper på 3-5 personer och ge dem varsitt fall. Varje grupp får 10 minuter för diskussion och sedan delar de sina fall i helgrupp och lyssnar på de andras kommentarer.

Läs och samtala om följande fall om ett par under uppvakningstiden, och reflektera över vad de avslöjar om varje persons karaktär.

1. En av er kommer ofta för sent när ni har bestämt träff. Vilka känslor väcks hos er båda som ett resultat av detta?

Identifiera vilka tankar eller antaganden ni har om den som kommer för sent, och samtala om dessa antaganden. Är personen till exempel mer avslappnad och har ni inte varit tydliga med tiden för era planer? Eller uppfattar du det som att personen inte prioriterar tiden ni har tillsammans?

- Är punktlighet viktigt för er båda?

- På vilka sätt och i vilka situationer?

2. Vid större sammankomster tar en av er alltid lång tid på sig att prata med enskilda personer, särskilt barn eller äldre vuxna. Den andra känner sig mindre bekväm och skulle hellre sitta tillsammans som ett par och inte stanna så länge.

- Vilka karaktärsdrag skulle ni kunna tillskriva var och en?
- På vilket sätt kan dessa uppfattningar vara korrekta eller felaktiga?
- Hur skulle ni kunna hantera dessa skillnader i preferenser, sätt att närma sig människor eller personligheter?

3. En vän har bett en av er att få låna pengar. Tidigare har denna vän inte betalat tillbaka sina lån.

Samtala om vad ni båda anser är ett lämpligt förhållningssätt till att låna ut pengar i allmänhet, och till just den här personen. Ni kanske väljer att ge pengarna som en gåva i stället för ett lån, så att det inte finns någon förväntan på återbetalning. Eller så kanske ni säger att tidigare lån först behöver betalas tillbaka. Eller så kanske ni bestämmer att ni inte längre vill låna ut pengar till personen.

- Finns det andra alternativ ni kan komma på?
- Oavsett vad ni väljer att göra, fundera över vilka dygder som är relevanta i denna situation, både hos den som lånar ut och den som lånar. Dessa kan till exempel vara: sanningsenlighet, pålitlighet, ansvar, medkänsla, generositet, rättvisa

4. En av er säger automatiskt "ja" varje gång någon ber om hjälp och känner sig obekvämt med att säga "nej". Den andra tvekar ofta innan de säger "ja" och vill först ta tid att fundera innan de svarar på en förfrågan om att hjälpa till.

- Vilka dygder finns eller saknas hos var och en?
- Hur skulle dessa olika förhållningssätt kunna påverka er i ett äktenskap?
- Finns det praktiska sätt att hantera era vanliga reaktioner eller hitta ett gemensamt förhållningssätt?
- Vilken roll spelar konsultation om förfrågningarna kommer under uppvaktningstiden? Hur förändras detta när ni är gifta?

5. Ni märker båda att det finns familjemedlemmar som ni inte umgås med eller inte vill ha kontakt med.

I ett fall har avståndet vuxit fram över tid på grund av bristande kontakt. I ett annat fall har det förekommit verbala och fysiska övergrepp. Det kan också finnas andra orsaker.

- Vad behöver ni förstå om dessa omständigheter?
- Vilka dygder finns eller saknas?

- Samtala om hur ni vill hantera liknande situationer nu och i framtiden

6. En av er har ett mönster av att byta jobb vartannat år eller ännu oftare. Orsakerna som anges är tristess och dåligt ledarskap på arbetsplatserna.

- Hur skiljer sig dessa orsaker från andra skäl till att regelbundet byta jobb?
- Vilka utforskande frågor skulle kunna hjälpa er att upptäcka om det också finns vissa dygder eller egenskaper som behöver utvecklas?

Sektion 3 - Att lära känna varandra med äktenskap som mål



Läs alla citat och sedan diskutera med varandra

1. "Det finns ingenting i bahá'í-skrifterna som specifikt behandlar de så kallade dejtingvanor som är vanliga i vissa delar av världen, där två ogifta personer av motsatt kön deltar tillsammans i en social aktivitet. I allmänhet bör bahá'íer som avser att ägna sig åt denna form av umgänge göra sig väl förtrogna med bahá'í-lärans principer om kyskhet och, med dessa i åtanke, noggrant undvika varje handling som skulle kunna väcka passioner och därigenom fresta dem att överträda dessa läror.

"Som ni vet skiljer sig praxis för uppvaktning mycket från en kultur till en annan, och det är ännu inte känt vilket mönster av uppvaktning som kommer att uppstå i framtiden när samhället har blivit mer påverkat av bahá'í-lärorna. Det finns dock inget som tyder på att det kommer att likna den praxis som finns i befintliga kulturer. ...Under denna mellanperiod uppmuntras vännerna att göra stora ansträngningar för att leva i överensstämmelse med Lärnan och att gradvis skapa ett nytt beteendemönster, mer i linje med andan i Bahá'u'lláhs uppenbarelse".

"En bahá'í kan, om de så önskar, söka sina föräldrars råd när det gäller valet av en framtida partner, och bahá'íföräldrar kan ge sådana råd om de blir ombedda. Det framgår dock tydligt

av läran att föräldrar inte har rätt att ingripa i sina barns val av en blivande partner förrän de ombeds att ge sitt samtycke till äktenskap. När ni därför talar med era söner om uppvaktning är det bäst att diskutera frågan på ett principiellt plan utan att hänvisa till enskilda personer.

I det samhälle där er familj nu lever – ett samhälle där materialism, själviskhet och misslyckade äktenskap är alltför vanliga – kan era söner mycket väl uppleva att en längre period av uppvaktning är klok. Under denna tid kan de blivande parterna tillbringa mycket tid tillsammans och lära känna varandras karaktär, bakgrund och familj på djupet. En sådan praktik strider inte i sig mot Bahá'í-lagen och eftersom den inte är socialt oacceptabel i ert samhälle, kan den vara ett lämpligt alternativ.

Om beslutet att gifta sig ännu inte har fattats och kyskhetslagen samtidigt noggrant iakttas finns det i princip inget hinder mot en långvarig vänskap där de båda personerna ser möjligheten att någon gång i framtiden gifta sig med varandra". (On behalf of the Universal House of Justice, Investigation of Character, Courtship Practices, and Selection of a Marriage Partner", #17)

2. "The House of Justice ... feels you may wish to stress the importance that marriage has for the whole structure of human society, for the two families and for the children who would be the fruit of the union. Entering into a marriage is a step that has tremendous implications for a whole range of people beyond the couple themselves, both in this life and in the next..." (On behalf of the Universal House of Justice, from a letter dated April 16, 1980, to a National Spiritual Assembly; "Investigation of Character, Courtship Practices, and Selection of a Marriage Partner", #10)

Aktivitet

Vad man bör söka efter – och undvika – hos en potentiell äktenskapspartner

Syften

- Att börja identifiera några egenskaper hos en potentiell äktenskapspartner som skulle vara till nytta för mig, och fundera över hur viktiga de är.
- Att börja urskilja vilka karaktärssvagheter, vanor och personlighetsdrag hos en framtida partner som sannolikt skulle vara svåra att förena med mina egna.

Observera

Denna förberedelse inför äktenskapet handlar om att bygga ett starkt äktenskap. Försök därför att hålla dina första tankar realistiska, fokuserade och begränsade.

De egenskaper du skriver ner kommer att utvecklas i takt med att du lär dig, mognar och får erfarenheter av olika relationer och genom att observera andra. Varje relation och varje möte med en annan människa kommer att ge dig nya insikter, och du kommer att kunna förfina din lista efter behov.

Några försiktighetsråd

Om du anpassar det du säger att du söker hos en partner för att passa en särskild person som du redan har i åtanke för en relation eller ett äktenskap, riskerar du att vilseleda dig själv. Personen kanske inte passar dig väl, trots att du försöker få beskrivningarna att stämma.

Undvik att vara alltför specifik. Om du till exempel listar fysiska egenskaper som längd eller hårfärg, eller kräver att personen måste bo i ditt område, kan du utesluta människor som annars skulle kunna vara mycket lämpliga om du hade ett mer öppet synsätt.

Det är också klokt att inte bli alltför fäst vid tanken att din framtida partner måste ha en viss livsstil eller ett visst yrke, eller vara engagerad i samhället på ett specifikt sätt, eftersom sådana saker kan förändras över tid.

Vi föreslår att du strävar efter en balans: var tillräckligt specifik för att kunna urskilja en person som kompletterar dig väl, men inte så detaljerad att du i förväg utesluter någon som faktiskt skulle kunna vara en god partner.

Var också medveten om eventuella fördomar eller förutfattade meningar som kan få dig att fokusera på endast en möjlighet eller att helt utesluta vissa grupper av människor.

Använd listan du skapar som början på en lärandeprocess, inte för att sätta så höga krav eller förväntningar att du stänger ditt sinne för de flesta människor och många potentiella äktenskapspartners.

Tänk på vad som skulle komplettera dig

Fundera noggrant över vilka egenskaper hos en partner som skulle komplettera dina egna.

Till exempel kan en mycket kreativ person, vars känslor varierar mycket under dagen, ha nytta av en partner som är praktiskt lagd och känslomässigt stödjande. Samtidigt kan en kreativ person istället känna behov av någon som bidrar med entusiasm och passion snarare än stabilitet.

Du kommer inte att hitta en perfekt matchning, men att vara tydlig med vad du värdesätter hjälper dig att kalibrera ditt tänkande när du lär känna människor.

Hur högt du värderar olika egenskaper kommer att förändras med tiden och genom erfarenhet. Du kommer gradvis att utveckla förmågan att avgöra om någon kompletterar dig väl eller om era olikheter är för stora för att ni ska kunna leva i harmoni.

Var försiktig så att du inte nedvärderar eller ger upp något som är väsentligt för dig för att anpassa dig till någon som intresserar dig. Detta är en vanlig fallgrop. Sträva efter att vara vis och försiktig.

Instruktioner

I den första kolumnen i tabell 1 nedan ska du skriva några egenskaper som du önskar hos en framtida äktenskapspartner.

Det kan vara svårt att välja ut ett litet antal egenskaper som är särskilt viktiga för dig, men gör ditt bästa.

Börja med att välja **fem karaktärsstyrkor** som du allra helst skulle vilja att din partner har.

Skriv sedan ner några andra faktorer utöver karaktärsegenskaper.

Markera därefter hur viktiga de olika egenskaperna är genom att använda bockar eller stjärnor (*) i de intilliggande kolumnerna.

Tabell 1: Vad man bör söka hos en potentiell äktenskapspartner

Kompletterande egenskaper	Nödvändig / Avgörande	Viktig, men inte avgörande	Bra och önskvärd, men mindre viktig
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			

7.			
8.			
9.			
10.			

Till skillnad från egenskaperna ovan, som du tror skulle komplettera dig, hjälper tabell 2 dig att identifiera sådana karaktärsdrag, vanor och beteenden som sannolikt skulle göra det svårt för er att leva i harmoni tillsammans. Fyll i tabellen med sådant som du skulle uppleva som mycket svårt hos en framtida partner.

Tabell 2: Oförenliga vanor och sådant att undvika hos en partner

Personlighetsdrag, vanor, egenskaper eller livsstilsfaktorer som jag skulle:

Nästan omöjligt att leva med	Föredrar att inte leva med
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

Reflektion och diskussion

Vilka insikter fick jag om vad jag vill och inte vill ha hos en partner?

Följande frågor kan hjälpa dig att reflektera:

- Upptäckte jag några mönster?
- Var det något som överraskade mig?
- Upptäckte jag områden där min "önskelista" är orimlig eller alltför idealistisk, så att den i hög grad begränsar mina valmöjligheter? Om ja, vilka områden?
- Upptäckte jag några fördomar eller förutfattade meningar? Om ja, vilka?
- Finns det egenskaper som jag tidigare trodde var viktiga men som nu verkar mindre betydelsefulla?

- Finns det egenskaper som jag nu inser är viktigare än jag först trodde?
- Hur väl speglar mina önskemål de värderingar och principer som jag vill bygga ett framtida äktenskap på?

Sektion 4 - Äktenskap och samtycke från föräldrar



Läs alla citat och sedan diskutera med varandra

1. ...[Ä]ktenskap är beroende av både parter samtycke. Vi önskar skapa kärlek, enhet och harmoni bland Våra tjänare, och vi har betingat det, när parets önskan väl är känd, med deras föräldrars tillåtelse, så att fiendskap och hätskhet inte skulle uppstå bland dem. Och i detta har vi ytterligare andra syften. Så har vart bud förordnats." (Bahá'u'lláh, *Kitáb-i-Aqdas*, #K65)
2. "Bahá'u'lláh har tydligt uttalat att samtycke från alla levande föräldrar krävs för ett bahá'í-äktenskap. Detta gäller oavsett om föräldrarna är bahá'ier eller inte, om de har varit skilda i många år eller inte. Denna stora lag har Han fastställt för att stärka samhällets grundvalar, knyta hemmets band närmare samman och inge en känsla av tacksamhet och respekt i barnens hjärtan gentemot dem som har gett dem livet och sänt deras själar ut på den eviga resan mot sin Skapare. Vi bahá'ier måste inse att det i dagens samhälle pågår en utveckling som är den rakt motsatta: unga människor bryr sig allt mindre om sina föräldrars önskemål, skilsmässa betraktas som en självklar rättighet och beviljas på de mest obetydliga, ogrundade och ovärdiga grunder. Personer som har separerat, särskilt när en av dem har haft ensam vårdnad om barnen, är ofta alltför benägna att förringa betydelsen av den andra föräldern, som också har del i ansvaret för att ha gett dessa barn livet. Genom ett troget efterlevande av Bahá'í-trons lagar och läror måste bahá'ierna motverka dessa nedbrytande krafter, som så snabbt förstör familjelivet, skönheten i familjerelationerna och samhällets moraliska grundvalar." (On behalf of Shoghi Effendi, "To Set the World in Order: Building and Preserving Strong Marriages", compiled by the Research Department of the Universal House of Justice, August 2023, #54)

3. "En ny syn på familjen börjar med en ny syn på äktenskapet. Bahá'u'lláh förklarar att äktenskapet inte bara är 'nyckeln till livets fortbestånd för världens folk', utan också 'det outgrundliga redskapet för uppfyllandet av deras bestämmelse'." (Universal House of Justice, March 19, 2025; inserted quotations are from "To Set the World in Order", #1)

4. "Sannerligen, Bahá'u'lláhs uttalande angående kravet om samtycke från alla levande föräldrar inför äktenskap, lägger ett stort ansvar på varje förälder. När föräldrarna är bahá'ier bör de naturligtvis agera objektivt genom att vägra eller ge sitt godkännande. De kan inte undgå detta ansvar genom att bara acceptera sitt barns önskan, och de bör inte heller påverkas av fördomar; men oavsett om de är bahá'ier eller inte är föräldrarnas beslut bindande, oavsett anledningen som kan ha motiverat det. Barn måste inse och förstå att denna handling av samtycke är en förälders plikt. De måste ha respekt i sina hjärtan för dem som har gett dem liv och vars välbehag de alltid måste sträva efter att vinna". (Universal House of Justice, *Lights of Guidance*, #1237)

5. "När två troende börjar lära känna varandras karaktär med äktenskap i åtanke behöver de skapa en relation som präglas av öppenhet och nära kommunikation. De avgör själva om, när och hur de vill dela tidigare och personliga erfarenheter med varandra. I denna process behöver flera andliga principer och skyldigheter vägas samman. Sannfärdighet och pålitlighet är naturligtvis grundläggande, men även andra aspekter av läran behöver beaktas, såsom Shoghi Effendis vägledning att även om en troende kan välja att erkänna ett misstag eller en karaktärsbrist för någon annan, är han eller hon inte skyldig att göra det. I samband med förberedelser inför äktenskap förklarar 'Abdu'l-Bahá:

'Bahá'í-äktenskap är de båda parternas förpliktelse gentemot varandra och deras ömsesidiga förening i sinne och hjärta. Var och en måste emellertid iakttä största omsorg för att grundligt lära känna den andres karaktär, så att det bindande förbund de ingår blir ett band som består för evigt. Deras syfte bör vara detta: att bli kärleksfulla följeslagare och vänner samt vara ett med varandra i tid och evighet ...'

När denna känsliga process utvecklas är det i allmänhet inte andras sak att lägga sig i. Det är förståeligt att familj eller vänner kan vilja bidra till ett visst utfall, men de får inte överskrida de gränser som läran tydligt anger.

Det finns en viktig skillnad mellan att tala om andras misstag och brister, vilket är att baktala, och att skydda någon från en person med skadliga eller onda avsikter, en person som är en kronisk lögnare eller en sociopat. Om omständigheterna kräver det kan allvarliga farhågor naturligtvis tas upp med den berörda institutionen inom Tron". (On behalf of the Universal House of Justice; "Investigation of Character, Courtship Practices, and Selection of a Marriage Partner", #20)

Gruppdiskussion

1. Vad kan du göra tillsammans med dina föräldrar redan nu för att förbereda er inför den dag då du och en framtida partner ber om deras samtycke till äktenskap?
2. Vad tycker du verkar klokt och värdefullt med principen om föräldrars samtycke till äktenskap?

3. Vilka frågor, funderingar eller farhågor väcker principen om föräldrars samtycke hos dig?

Sektion 5 - Att vara engagerad i tjänande



Läs alla citat och sedan diskutera med varandra

1. "Du kan ta dig en make och samtidigt tjäna Guds sak; det ena utesluter inte det andra. Inse värdet av dessa dagar och låt inte denna möjlighet gå dig förbi. Be Gud göra dig till ett brinnande ljus, så att du kan vägleda en stor skara människor genom denna mörka värld." ('Abdu'l-Bahá, *Selections from the Writings of 'Abdu'l-Bahá*, #64)
2. "Det finns sannerligen ingen anledning till att du skulle gå genom livet utan en livskamrat. Bahá'u'lláh betonar starkt äktenskapets institution, och den behöver inte hindra en aktiv bahá'ís tjänande om han eller hon gifter sig med rätt person." (On behalf of Shoghi Effendi, *Messages to Canada*, p. 94)
3. "Han hoppas att du och din käre make från och med nu ska kunna tjäna Tron tillsammans, enade och hängivna, eftersom detta är den högsta formen av bahá'í-samarbete inom äktenskapet." (On behalf of Shoghi Effendi, *Compilation of Compilations, Vol. I*, #905)
4. "Även om det är rätt att förvänta sig mycket av dem som har så mycket att ge på tjänandets väg, måste vännerna akta sig för att anta ett alltför snävt synsätt på vad utveckling till mognad innebär. Rörelsefrihet och tillgång till tid gör det möjligt för många ungdomar att tjäna på sätt som direkt svarar mot samfundets behov. Men när de kommer längre upp i tjugooårsåldern vidgas deras perspektiv. Andra delar av ett sammanhängande liv, som är lika krävande och förtjänstfulla, börjar göra starkare anspråk på deras uppmärksamhet. För många blir vidare utbildning – akademisk eller yrkesinriktad, beroende på de möjligheter som finns – en omedelbar prioritet, och nya möjligheter till samverkan med samhället öppnar sig. Dessutom blir unga kvinnor och män alltmer medvetna om den Högsta Pennans uppmaningar att "ingå äktenskap" så att de kan "frambringa en som nämner Mig bland Mina tjänare" och att "ägnas åt hantverk och yrken". ...Denna generation av

ungdomar kommer att bilda familjer som lägger grunden för blomstrande samhällen. Genom sin växande kärlek till Bahá'u'lláh och sitt personliga engagemang för den levnadsstandard Han kallar dem till kommer deras barn att ta till sig kärleken till Gud, "sammanblandad med moderns mjölk", och alltid söka skydd under Hans gudomliga lag. Det står därför klart att ett bahá'í-samfunds ansvar gentemot ungdomar inte upphör när de först börjar tjäna. De betydelsefulla beslut de fattar om riktningen för sina vuxna liv kommer att avgöra om tjänandet av Guds sak endast var ett kort och minnesvärt kapitel under ungdomsåren eller om det blir den fasta medelpunkten i deras jordiska tillvaro – den lins genom vilken alla deras handlingar får sitt fokus." (Universal House of Justice, *Framework for Action*, #35.34-#35.39)

5. "Det finns många sätt att tjäna, och varje människa behöver välja det hon bäst kan göra utifrån sina möjligheter och begränsningar. Möjligheter att tjäna Saken utesluter inte nödvändigtvis möjligheten att samtidigt ta hand om sin familj. Det är viktigt att komma ihåg att varje del av en människas liv är ett uttryck för tjänande åt Bahá'u'lláh: den kärlek och respekt man visar sina föräldrar, strävan efter utbildning, omsorgen om sin hälsa, förvärvandet av ett yrke eller en profession, sitt sätt att bemöta andra och upprätthålla en hög moralisk standard, sitt äktenskap och uppfostran av sina barn, sitt arbete med att undervisa om Tron och bygga upp bahá'í-samfundet samt, naturligtvis, sin dagliga bön och sitt studium av skrifterna." (On behalf of the Universal House of Justice, "Family Life", #119)

6. "...[T]räningssinstitutet... strävar efter att engagera individen i en utbildningsprocess där dygdigt uppförande och självdisciplin utvecklas i tjänandets sammanhang. Därigenom främjas ett sammanhängande och glädjefyllt levnadsmönster som väver samman studier, tillbedjan, undervisning, samhällsbyggande och, mer allmänt, deltagande i andra processer som syftar till att omvandla samhället."

Gruppdiskussion

- Är det möjligt att leva ett liv i tjänande och samtidigt ha ett starkt och stödjande äktenskap som bygger på vänskap? Varför eller varför inte?
- Kan äktenskap och familjeliv begränsa vissa möjligheter till tjänande? Varför eller varför inte? Om ja, på vilka sätt?
- På vilket sätt kan äktenskap och familjeliv ses som former av tjänande åt Gud?
- Utifrån citaten, hur kan en familj bygga enhet genom de val den gör när det gäller tjänande?
- Hur kan det gynna ett äktenskap att makarna deltar i tjänande tillsammans?
- Hur kan man skapa en god balans mellan tjänande för Tron och ansvar för hem och familj? Hur kan man samtidigt värna sitt eget och familjens välbefinnande och leva ett liv i tjänande?

Aktivitet

Dela in er i grupper om 3–4 personer, där varje grupp fokuserar på ett av områdena nedan.

Hur kan en individ eller ett par, genom sitt tjänande inom följande områden, bidra till att hitta, välja och lära känna en möjlig framtida äktenskapspartner?

- Den närmaste och den utvidgade familjen
- Det egna grannskapet
- Bahá'í-samfundets verksamheter och träningsinstitutets aktiviteter (barnklasser, juniorgrupper, andakter och studiecirklar)
- Samhället i stort (t.ex. genom ideella organisationer, sociala initiativ och andra samhällsfrämjande verksamheter)
- Studier eller arbetsplatsen

Återsamling

Varje grupp delar med sig av 1–3 insikter eller reflektioner till hela gruppen.

Sektion 6 - Kyskhhet och sex inom äktenskap



Kyskhhet är en mångfacetterad andlig egenskap som kräver studier för att fördjupa förståelsen av dess innebörd och tid för att omsätta dessa insikter i praktiken. Ofta används orden *avhållsamhet* ("bara säg nej") och *kyskhhet* som om de betydde samma sak. När du reflekterar över dessa djupgående citat, fundera också över vilka andliga egenskaper och vanor som är viktiga för att bygga sunda och varaktiga relationer.

1. "Den fråga du ställer om vilken plats en djup kärleksrelation till någon annan än ens make eller maka kan ha i ens liv är lätt att besvara utifrån läran. Kyskhhet innebär, både före och efter äktenskapet, ett rent och obefläckat sexuellt liv. Före äktenskapet innebär det fullständig kyskhhet, och efter äktenskapet fullständig trohet mot den livskamrat man har valt. Trohet i alla sexuella handlingar, trohet i ord och trohet i handling.

Världen i dag är, bland mycket annat, präglad av en överdriven betoning av den fysiska kärlekens betydelse och en brist på andliga värden. I den mån det är möjligt bör de troende sträva efter att inse detta och höja sig över den nivå som präglar många av deras medmänniskor, vilka – typiskt för perioder av moraliskt förfall i historien – lägger alltför stor vikt vid den rent fysiska sidan av relationen mellan man och kvinna. Utanför det normala och

legitima äktenskapliga livet bör de söka skapa band av vänskap och kärlek som är eviga och grundade på människans andliga liv, inte på hennes fysiska liv. Detta är ett av de många områden där bahá'ier är kallade att föregå med gott exempel och visa vägen mot en verkligt mänsklig livsstandard, där människans själ upphöjs och kroppen endast är ett redskap för hennes upplysta ande. Naturligtvis utesluter detta inte ett fullt normalt sexuellt liv inom äktenskapets legitima ram." (On behalf of Shoghi Effendi to an individual believer, September 28, 1941, quoted in *Messages from the Universal House of Justice, 1968-1973*, pp. 108-109)

2. "...[F]öreningen måste vara en verklig gemenskap – en andlig förening likväl som en fysisk – så att deras enhet kan bestå genom livets alla skeden och i alla Guds världar. Ty denna sanna enhet är ett återsken av Guds kärlek." ('Abdu'l-Bahá 'Abdu'l-Bahá, *Selections from the Writings of 'Abdu'l-Bahá*, #84)

3. "...[E]n grundläggande del i utvecklingen av ett nytt bahá'í-mönster för äktenskapslivet är principen om kvinnors och mäns jämlikhet. När denna princip omsätts i praktiken mellan hustru och man stärks deras relation och får möjlighet att blomstra, samtidigt som flickor och pojkar växer upp med en ny förståelse av jämlikhet och hur den kommer till uttryck i det praktiska livet." (Universal House of Justice, "Family Life and Marriage", March 19, 2025, para. 7)

4. "Du gör rätt i att noggrant överväga denna fråga, eftersom en bahá'í bör ingå äktenskap med den fasta avsikten att skapa en förening som inte bara varar hela livet utan också blir ett evigt kamratskap i alla Guds världar.

"Ett gift par kan vara en oerhörd styrka och ett stort stöd för varandra, men att bygga ett starkt och enat äktenskap kräver uthållighet, ansträngning och att man tillsammans övervinser många svårigheter. Därför råder 'Abdu'l-Bahá ett ungt par att noggrant lära känna varandras karaktär innan de tar detta mycket viktiga steg. De bör inte bara tänka på hur deras karaktärer påverkar varandra, utan också på hur de kommer att påverka de barn som blir äktenskapets frukt." (On behalf of the Universal House of Justice, "Investigation of Character, Courtship Practices, and Selection of a Marriage Partner", #11]

5. "...En troende kan inte fullgöra sitt sanna uppdrag i livet som efterföljare till den Välsignade Fullkomligheten [Bahá'u'lláh] enbart genom att leva enligt ett antal fasta regler. Varje troendes uppgift är istället att, utifrån sin egen bönfyllda förståelse av skrifterna, avgöra hur han eller hon bör handla i de situationer som uppstår i det dagliga livet. Varje troende behöver ständigt studera de heliga skrifterna och Beskyddaren [Shoghi Effendis] vägledning och alltid sträva efter en djupare förståelse av lärans innebörd för sitt eget liv och för samhället. Samtidigt bör han eller hon inrikta sitt liv på tjänande åt Bahá'u'lláh och innerligt be om gudomlig vägledning, visdom och styrka att göra det som behagar Gud." (On behalf of the Universal House of Justice, March 9, 2023)

Vad ser du som några viktiga aspekter av kyskhet?

Hur skulle du förklara för någon vad kyskhet innebär?

Vad kan vara värdefullt med att tillbringa tid ensam tillsammans med en person man har en relation med?

Vilka utmaningar kan det innebära att leva kyskhetens liv i ett sekulärt samhälle?

Vad kan vara svårt om man har en partner som har andra normer och värderingar kring relationer och sexualitet?

Vilka aktiviteter eller vanor kan hjälpa människor att bevara kyskhet och renhet i sina liv?

Hur kan kyskhet gynna ett par före äktenskapet? Hur kan den gynna ett par efter äktenskapet?

Hur förhåller sig samboskap till dessa läror?

Aktivitet

Läs upp ett påstående i taget. Deltagarna ställer sig på en tänkt linje från "**Instämmer helt**" till "**Instämmer inte alls**".

Påståenden

- Kyskhet handlar om mer än sex.
- Kärlek är starkare än fysisk attraktion.
- Självdisciplin kan stärka relationer.
- Det är svårt att leva efter höga moraliska ideal i dagens samhälle.
- Äktenskap är fortfarande relevant för unga människor.
- Kärlek är ett val, inte bara en känsla.
- En stark vänskap är grunden för ett gott äktenskap.
- Gemensamma värderingar är viktigare än gemensamma intressen.
- Kärlek fördjupas med tiden.
- Man kan älska någon utan att vara redo att gifta sig med personen.
- Kommunikation är viktigare än romantik.
- Äktenskap är fortfarande relevant i dagens samhälle.
- Ett lyckligt äktenskap kräver arbete och engagemang.
- Man bör prata om sina värderingar innan man gifter sig.
- En andlig samhörighet är lika viktig som fysisk attraktion.
- Det är bättre att vänta på rätt person än att skynda in i en relation.
- Ett äktenskap handlar om mer än två individer.
- Ett starkt äktenskap kan bidra till ett bättre samhälle.
- Sociala medier skapar orealistiska förväntningar på relationer.
- Unga människor känner press att vara i en relation.
- Filmer och tv-serier påverkar våra förväntningar på kärlek.
- Det är svårare att bygga djupa relationer idag.
- Samhället uppmuntrar snabba relationer snarare än långsiktiga åtaganden.
- Det är viktigt att tänka självständigt även när andra tycker annorlunda.
- Frihet innebär också att kunna säga nej.

- De bästa besluten är inte alltid de enklaste.
- Sann kärlek kräver uppoffringar.
- Vårt värde avgörs inte av om vi är i en relation eller inte.
- Lycka kommer inte i första hand från romantiska relationer.
- Andliga egenskaper är viktigare än fysisk skönhet.
- Respekt är viktigare än passion.
- En relation bör hjälpa båda människorna att växa.
- Det är möjligt att leva ett lyckligt liv även om man förblir ensamstående.
- Sex ges alltför stor betydelse i dagens samhälle.
- De flesta människor lägger för stor vikt vid utseendet när de väljer partner.
- Kyskheter ger mer frihet än begränsningar.
- Kärlek ensam räcker inte för ett lyckligt äktenskap.

Diskussion

- Varför valde du att ställa dig där du gjorde?
- Vad påverkade din uppfattning?
- Var det någon annans perspektiv som fick dig att tänka på ett nytt sätt?

