

Nyckellära: Jesaja 58:13–14

Sabbatsdagen

Genom profeten Jesaja betonade Herren vikten av sabbatsdagen och han utlovade välsignelser till dem som hedrar honom på hans dag.

Förslag på övningar

Kunskap om läran

Skriv ordet *Sabbat* på tavlan.

Föreställ er att det är lördagskväll. På en skala av 1 till 10, hur stor är er förväntan över att det är sabbat i morgon? (1 är inte alls förväntansfull och 10 betyder att du verkligen ser fram emot den.) Skriv ner era svar i era studiedagböcker. Förklara i era svar varför ni väljer den siffran.

Jesaja 58:13–14 är ett nyckelskriftställe om vikten och välsignelserna av att hålla sabbatsdagen helig. När ni studerar, var uppmärksamma på maningar från den Helige Anden som kan hjälpa er finna glädje i att hedra sabbaten på rätt sätt.

Läs och markera Jesaja 58:13–14. När ni läser, sök efter Herrens instruktioner om sabbatsdagen och de välsignelser som utlovas till dem som håller den helig.

- Vilka specifika ord eller uttryck lägger ni särskilt märke till i de här verserna?
- Vad lär dessa verser er om Herren och hans önskan att välsigna er?

En av de sanningar vi kan lära oss av Jesajas lärdomar i de här verserna är att **om vi hedrar Herren på sabbaten hellre än att söka vårt eget nöje, så ska vi fröjda oss i Herren.**

President Russell M. Nelson har sagt följande om Jesajas lärdomar:

Jag fångas av Jesajas ord, som kallade sabbaten för "en fröjd" [Jesaja 58:13]. Men jag undrar, är sabbaten verkligen en [fröjd] eller glädje för dig och för mig? ...

Hur kan du se till att det du gör på sabbaten leder till lust och glädje? Förutom att du kommer till kyrkan, tar del av sakramentet och är flitig i det ämbete du kallats till, vilka andra aktiviteter kan göra sabbaten till en glädjens dag för dig? (Russell M. Nelson, "Sabbaten är en lust och en glädje", *Liahona*, maj 2015, s. 129–130)

Du kan skriva elevernas svar på följande fråga på tavlan. Det kan också vara bra att använda fler delar av president Nelsons tal under den här lektionen.

- Hur kan ni besvara president Nelsons frågor om att göra sabbaten till en fröjd?

Ta en stund för att studera ämnet "Att helga sabbatsdagen" i *Vägledning för de unga* ([häfte, 2011], s. 30–31), som finns i appen Evangeliebiblioteket. När ni studerar, sök då efter några av de många saker ni kan göra för att hedra Gud på sabbatsdagen och några av de välsignelser som lovas dem som håller sabbatsdagen helig.

När eleverna har läst den delen ber du dem berätta vad de har lärt sig.

- Vilka upplevelser har ni haft då sabbatsdagen var en fröjd för er? Varför tror ni att det var så?

Be eleverna fundera på vad de kan behöva ändra på eller förbättra så att de kan uppleva mer glädje av att tjäna Herren på sabbatsdagen. Bär vittne om välsignelserna av att hålla sabbatsdagen helig, och uppmuntra eleverna att handla enligt de maningar som de får angående hur de kan ära Gud bättre på sabbaten.

Öva på tillämpning

Ta en stund för att gå igenom principerna för att förvärva andlig insikt i stycke 4–12 i avsnittet "Förvärva andlig insikt" i *Grundmaterial om nyckelläror*. Hitta en mening i varje princip för att förvärva andlig insikt som kan vara bra att komma ihåg när man har frågor eller problem.

Be några elever återge en av meningarna de fann och förklara varför de tycker att den är viktig. Återge sedan följande situation för klassen.

Tänk på följande situation:

Din bror kommer till dig med en fråga han har om budet att hålla sabbatsdagen helig. Han är frustrerad över era föräldrar eftersom han inte vill delta i några av de aktiviteter de har planerat för sabbatsdagen. Han säger: "Det sätt vi är menade att tillbringa våra söndagar på är så tråkigt och känns som ett slöseri med tid. Tycker du inte att våra helger skulle vara mycket bättre om vi inte behövde oroa oss för att hålla sabbatsdagen helig?"

- Vad kan din bror ha för anledningar till att känna sig frustrerad över det här budet?

Du kan visa följande frågor under deras respektive rubriker. Dessa frågor kan diskuteras i klassen eller i mindre grupper.

Använd principerna för att förvärva andlig insikt för att hjälpa din bror med hans problem. Följande frågor kan hjälpa dig:

Granska lärosatser och frågor utifrån ett evigt perspektiv

- Baserat på hans kommentarer, vad är det möjligt att din bror inte förstår än om sabbatsdagen?
- Vad vill du att han ska känna till om Herren och hans syften med att ge oss sabbatsdagen?

Sök ytterligare kunskap genom gudagivna källor

- Vilka specifika lärdomar i Jesaja 58:13–14 kan vara till hjälp för att besvara din brors frågor? Utveckla ditt svar.
- Vilka andra skriftställen eller uttalanden från kyrkans ledare kan du dela med din bror?

Om eleverna behöver hjälp att hitta skriftställen eller uttalanden av kyrkans ledare kan du leda dem till resurser som hjälper dem, såsom *Handledning för skriftstudier*, *Vägledning för de unga*, Evangelieämnen eller sökfunktionen i appen Evangeliebiblioteket.

Handla i tro

- Vilken trofast handling skulle du först rekommendera att din bror vidtog som kan hjälpa honom få bukt med sina bekymmer? Varför då?

- Vilka upplevelser ur ditt liv vill du återge för din bror som kan hjälpa honom få en önskan att handla i tro?

Om eleverna diskuterade ovanstående frågor i grupper kan du ge klassen tid att berätta vad de har diskuterat. Se till att låta olika elever berätta något som rör var och en av principerna för att förvärva andlig insikt.

Memorera hänvisningen och nyckelfrasen

Hjälp eleverna lära sig skriftställehänvisningen och nyckelfrasen för Jesaja 58:13–14 utantill. Följande aktivitet är ett möjligt sätt att göra det på.

Nyckelfrasen för Jesaja 58:13–14 är: "*[Hindra] din fot ... från att sköta dina sysslor på min heliga dag, ... [kalla] sabbaten en fröjd.*"

Skriv ner skriftställehänvisningen och nyckelfrasen i din studiedagbok i de fyra följande delarna:

"[Hindra] din fot ... från att sköta dina sysslor

på min heliga dag, ...

[kalla] sabbaten en fröjd."

Jesaja 58:13–14

Ägna tid åt att lära dig varje del utantill och upprepa sedan hela skriftställehänvisningen och nyckelfrasen utan att använda dina anteckningar.

I stället för att låta eleverna göra den här aktiviteten på egen hand kan du dela in klassen i fyra grupper och ge varje grupp en av ovanstående delar som anges ovan. När du pekar på en särskild grupp, låt dem återge sin tilldelade del högt. Upprepa det här flera gånger tills klassen har lärt sig skriftställehänvisningen och nyckelfrasen utantill.

Repetera skriftstället

Under en lektion som undervisas inom en snar framtid kan du be eleverna återge de fyra delarna och ta hjälp av dem för att återge skriftställehänvisningen och nyckelfrasen ur minnet.

Kommentarer och bakgrundsinformation

Vilka aktiviteter kan hjälpa oss göra sabbaten till en fröjd?

President Russell M. Nelson har sagt:

Frälsaren sa att han själv är sabbatens Herre. Den är hans dag! Han har upprepade gånger bett oss att *helga* sabbaten eller *ta vara på* sabbaten. Vi har slutit förbund att göra det.

Hur kan vi *helga* sabbatsdagen? När jag var mycket yngre än i dag studerade jag andras texter där de hade listat saker man skulle göra och saker man *inte* skulle göra på sabbaten. Det var inte förrän senare

som jag lärde mig genom skrifterna att det jag valde att göra och min inställning till sabbaten var ett *tecken* mellan mig och min himmelske Fader. Med den insikten behövde jag inte längre listor med 'gör' och 'gör inte'. När jag behövde bestämma mig för om en aktivitet var lämplig att göra på sabbatsdagen eller inte, ställde jag helt enkelt frågan: "Vilket *tecken* vill jag ge Gud?" Den frågan gjorde de val jag fattade om sabbatsdagen kristallklara. (Russell M. Nelson, "Sabbaten är en lust och en glädje", *Liahona*, maj 2015, s. 129–130)

Kompletterande övning

Titta på "[Sabbaten är en lust och en glädje](#)" [The Sabbath Is a Delight] (2:54), på ChurchofJesusChrist.org. När du tittar på videon kan du vara uppmärksam på de välsignelser som Herren har gett oss genom sabbatsdagen, som ger oss möjlighet att vila från världens hektiska tempo.