



# DE VAR NAKNE, BÅDE MANNEN OG HANS HUTRU, MEN DE SKAM- MET SEG IKKE.

[1. MOSEBOK 2:24]

Adam og Eva skulle leve i full åpenhet både til ånd, sjel og legeme. Syndefallet begynte med at enheten mellom Adam og Eva ble brutt. Vi vet ikke hva årsaken kunne være, men den vanligste årsaken i dag er at Adam blir opptatt av sine egne ting uten å involvere Eva. Hun er ikke lenger en del av han, men blir noe som er utenfor hans verden. Dermed må Eva søke andre steder for å få dekket sitt behov for fellesskap. I den utryggheten som oppsto da Adam forsto at han sto alene, ble han redd, og skjulte seg for Gud. Han la skylden for fallet på sin medhjelp og på Gud, i stedet for å stå frem og ta ansvaret. Dette lærer oss to ting:

- Mannen er spesielt kalt til å ta ansvar (Gud holdt Adam ansvarlig).
- Satans fremste taktikk er å få mennesket til å skjule sine fall og nederlag, og leve i mørke, slik at Guds tilgivelse ikke kan finne sin adresse i deres liv.

Vi ser at da Gud inngikk en pakt med Abraham, slik det er beskrevet:

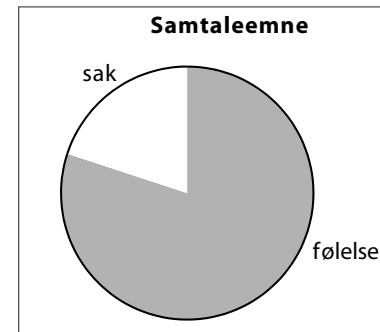
1. MOSEBOK 15:18 «Den dagen sluttet Herren en pakt med Abram og sa: «Din ætt gir jeg dette landet, fra Egypterelven helt til Storelven, Eufkrat.»

Så gikk pakten nettopp ut på at Abraham skulle leve i lyset med sitt liv.

1. MOSEBOK 17:1 «Da Abram var 99 år, viste Herren seg for ham og sa: «Jeg er Gud Den Allmektige. Lev for mitt åsyn, vær hel i din ferd!»

Det betyr at Abraham ikke skulle skjule noe for Gud. Det ble fundamentet for den pakten Gud gjorde med Abraham, og alle mennesker etter han.

## Følelser og sak



Såre ting er ofte følelsesladet. Særlig menn har lett for å såre kvinner ved å komme med løsninger i en situasjon hvor hun lengter etter forståelse og medfølelse. Dette oppfattes lett som: «Hvis du bare var like flink og dyktig som meg, så hadde du unngått dette...» Det er viktig at følelser blir møtt med følelser. Ingen klarer å være særlig saklige når følelsene er ute av lage. Følelser er et sant uttrykk for hvordan vi har det inne i oss, og må tas på alvor. De hjelper oss til å holde kontakt med virkeligheten, og er derfor viktige for at vi ikke skal leve et overfladisk liv.

Når vi mister kontakt med hverandre på det følelsesmessige plan, vil vi havne i ensomhet. I ensomheten trives misforståelser, gale antagelser og gale holdninger vokser frem. Det er påvist at femti prosent av all feilkommunikasjon skyldes at man snakker forbi hverandre.

Det er viktig at mannen lærer seg å forstå kvinnens følelsesmessige svingninger. Den månedlige syklus vil påvirke humøret (se figuren på side 103). I fasen før, under og etter menstruasjonen skjer det hormonelle endringer i kroppen som påvirker psyken. Da trenger kvinnen forsikring om at hun er elsket, og at mannen viser forståelse for at hun strever med sine følelser. Vår erfaring er at det samme skjer under graviditet, fødsel og i tiden etter fødselen.

Det ligger oss på hjerte å si dette med store bokstaver, fordi de færreste menn har innsikt på dette området. Mange følelsesmessige konflikter kan føres tilbake til slike tider hvor kvinnen følte seg sviktet og alene. Når hun senere forsøker å dele denne sårheten med sin mann vil han lett oppfatte dette som kritikk. Men kjære ektemann; prøv å forstå at hun ønsker å lukke deg inn i et sårt område i hennes sinn for at hun sammen med deg kan bearbeide sorgen og bli sterke sammen. Vår erfaring er at det er slike «sorgprosesser» som gjør at vi virkelig kommer hverandre nærmere og kjærligheten får nytt liv.

Boken «*Kvinner er fra Venus og Menn er fra Mars*» av John Gray, gir et godt innsyn i hvor forskjellige vi er. Boken kan absolutt anbefales.

Videre vil vi anbefale boken «*Kjærlighetens 5 språk*» av Gary Chapman, Lunde forlag, ISBN 85-520-3963-4.

Forfatteren beskriver hvordan vi har lært å ta imot kjærlighet på følgende fem språk:

- 1 Anerkjennende ord
- 2 Tid for hverandre
- 3 Ta imot gaver
- 4 Tjenester
- 5 Fysisk berøring

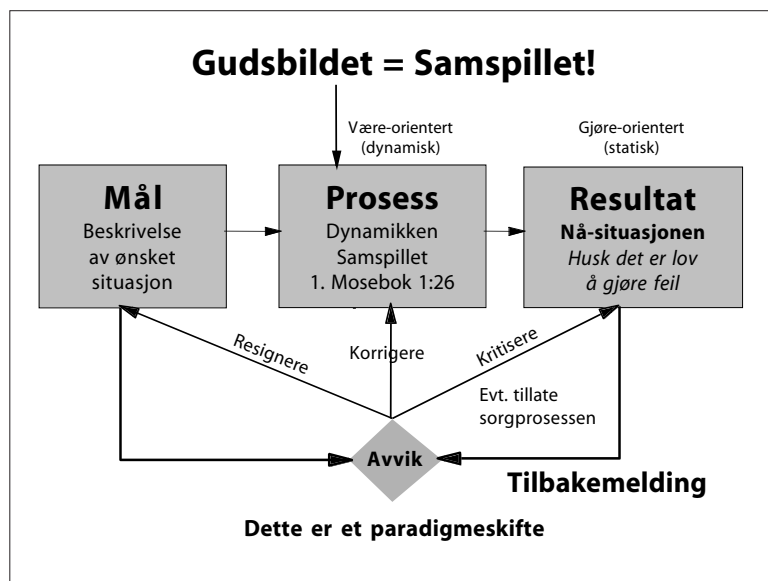
Dersom vi ikke kjenner kjærlighetsspråket til vår ektefelle kan vi risikere at vi forsøker å gi kjærlighet på vårt eget språk. Dette kan være helt forskjellig fra ektefellens, og dermed vil han eller hun ikke oppleve seg elsket, på tross av alt vårt strev.

Boken er et praktisk verktøy for den som vil lære å kommunisere kjærlighet slik at ektefellen opplever seg elsket.

### Trygghet, en forutsetning for god kommunikasjon.

Da vi nådde frem til den forståelsen at Judiths følelser egentlig var «mine», fordi hun jo er en del av bildet vi ønsker å fremstille, ga det henne en trygghet til å komme frem med dem. De ga oss verdifull informasjon om vårt samliv, og den tryggheten hun opplever ved å bli tatt imot, gjør henne i stand til av hjertet å være min medhjelp og støtte meg. Dette igjen gjør meg trygg til å ta imot hennes tilbakemeldinger og korreksjoner. Motsatt vil den utryggheten som oppstår når man opplever seg avvist, føre til en ond spiral av vonde følelser hvor alt taes opp i verste mening. I de siste årene har det blitt lagt stor vekt på å gi krisepsykiatrisk hjelp til de involverte. Man erkjenner at dersom man ikke får anledning til å snakke ut såre og vonde opplevelser vil følelsene lett blokkeres, og det kan føre til alvorlige forstyrrelser i sinnet.

Det tok lang tid før Judith og jeg forsto at dette også er viktig i samlivet. Spesielt mente jeg at når vi var ferdige med en krise, og hadde bedt hverandre om tilgivelse så skulle vi være ferdige med saken. Da var det galt å ta det opp igjen. Vi har etter hvert forstått at om den ene parten har behov for å snakke



om det som var sårt for å få de vonde følelsene ut av sinnet, så er ikke dette en anklage mot den andre. Tvert imot kan dette vise seg å være en god hjelp for begge parter for å legge det bak seg for godt.

Figuren over illustrerer at det må være lov å ta opp ting for å tillate krisepsykiatri, eller å la sorgprosessen bli slutført.

### Vær sanne og ekte

Det viktigste element i kommunikasjon er sannhet. I Efeserne 5:1 oppfordrer Paulus oss til å ha Gud til forbilde. Gud sa om seg selv til Moses: Jeg er den jeg gir meg ut for å være. Skuespill heter «hypokrites» (hyklere) på gresk. Vi vet Jesus gikk sterkt ut mot hyklerne på sin tid. Slangen som fikk Eva til å synde, hadde en splittet tunge. Den talte sannhet og brukte Guds ord, men samtidig sådde den løgn. Dette er dobbelkommunikasjon. Slik kommunikasjon skaper frykt og usikkerhet.

Dersom vi sier noe vi ikke mener, slik at vår ånd sier noe annet, vil mottakeren likevel oppfatte hva vi egentlig mener gjennom kroppsspråk og tonefall. Holdninger lar seg ikke skjule. «Vi vet mer om hverandre enn vi vet at vi vet.

Vi må legge vekt på å være den vi er. Da kan vi også bli elsket for den vi er.

### Den aktivt lyttende

En samarbeider best ved å lytte oppmerksomt til det andre sier, og stille konstruktive avklarende spørsmål. Husk at du er i ferd med å få vite noe du ikke vet, ikke minst om deg selv. Jesu lignelse om splinten og bjelken viser hvor lett det er å se feil hos andre, og samtidig være blind for at vi selv har de samme feilene i enda større grad.

LUKAS 6:41-42 «Hvorfor ser du flisen i din brors øye, men bjelken i ditt eget øye legger du ikke merke til? Og hvordan kan du si til din bror: «Bror, la meg ta flisen ut av øyet ditt!» du som ikke ser bjelken i ditt eget øye? Din hykler! Ta først bjelken ut av ditt eget øye! Da vil du se klart og kan ta flisen ut av din brors øye.»

Det er bare gjennom aktiv lytting du kan få ny innsikt og mulighet til å forstå den som snakker, og derigjennom bedre samarbeidet. Avbrytelser og utsagn som: «Du burde gjort det slik!», eller «slik ville ikke jeg ha gjort det!» får den andre til å føle seg dum og hjelpeløs, og viser at du ikke er interessert i å arbeide med deg selv. Når ektefellen deler vonde og vanskelige ting, gjelder det å vise delaktighet og forståelse for situasjonen. Senere kan man i fellesskap komme frem til hvordan man kan forhindre slike situasjoner å oppstå igjen. (Korrigerer prosessen.)

## Direkte kommunikasjon

Når du sier det du egentlig mener, og setter ord på det du føler og tenker, skaper det trygghet. De andre vet hvor de har deg. Når du fortier dine følelser av frykt for «bråk», skjer to ting:

For det første fratar du den annen part muligheten til å få informasjon om hvordan du opplever situasjonen. Slik taushet er drepende for fellesskapet, og er synd mot budet om å leve i lyset. For det andre fører uttalte forventninger og innestengt sinne til gale og syndige holdninger. Det fører i neste omgang til bitterhet. Hebreerbrevet 12:15 advarer oss mot å la noen bitter rot få vokse opp slik at Guds nåde går fra oss. Da blir vi nådeløse også i forhold til hverandre.

Svært mange psykosomatiske lidelser kan føres tilbake til en bitter rot. For å unngå dette, setter vi av cirka en halv time hver kveld hvor vi samtaler om det som har skjedd i løpet av dagen. Andre kan finne tid i forbindelse med måltider, eller etter kaffen. Vi er bevisste på å rydde opp i alle misforståelser og såre følelser, slik at ikke solen skal gå ned over vår vrede. Slik tid er den beste investeringen vi kan gjøre i hverandres liv. Dessuten er slike stunder tid for både vennskap og romantikk. Det er tid for å uttale gode og vennlige ord som bygger opp, og som skaper gode og varme følelser. Våre lange bilturer til og fra weekender er gode anledninger til slik kommunikasjon. Utfordringen for dere som leser dette, blir å finne anledninger som passer for dere! Ordspråkene taler om hvilken påvirkningskraft våre ord har:

*Gode ord gir liv og helse* ORDSPRÅKENE 4:22

*Livet går ut fra vår ånd* ORDSPRÅKENE 4:23

*Den som sprer velsignelse trives* ORDSPRÅKENE 11:25

*Tankeløs tale stikker som sverd* ORDSPRÅKENE 12:18

*Vennlige ord er som honning* ORDSPRÅKENE 16:24

*Glede i hjertet gir god helse* ORDSPRÅKENE 17:22

*Tungen har makt over liv og død* ORDSPRÅKENE 18:21

Talesenteret styrer hele kroppen: Se hva Jacob skriver:

JACOBS BREV 3:5-9 «*Tungen er et lite lem ... og den smitter hele kroppen.*»

Vi er alle et produkt av de ord som er uttalt over oss fra vi var små og opp til i dag. Forsøk viser at endorfininnholdet i blodet styres fra talesenteret. Det øker når vi er positive og velsigner, mens adrenalininnholdet øker når vi er negative og taler nedsettende om andre.

Når vi vet dette, forstår vi lettere at Bibelens utsagn: «*vær alltid glade*» er en helseanvisning både til kropp og sjel.

## Kommunikasjon kan læres

God kommunikasjon er et fag, og kan læres. Har man vokst opp i miljøer hvor det ble brukt skadelig kommunikasjon, må dette avlæres, samtidig som god kommunikasjon må innlæres.

Mye av den lidelse vi kommer opp i er selvforskyldt, fordi vi styrer oss inn i det med våre ord og tanker. Det vi gir oppmerksomhet, gir vi makt i vårt liv.

Sinnet vårt kan sammenlignes med et isfjell, slik figuren viser. Det nytter ikke å begynne å forandre det som er over vannflaten.

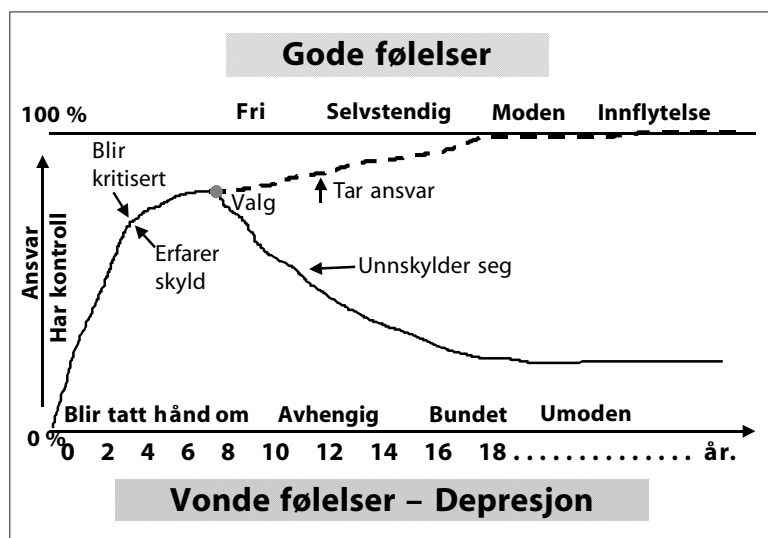


Paulus sier i 2. Korinterne 10:3-5 at det er i tankelivet vi har muligheter til å vinne seier. Derfor må vi ta *tankene* til fange i lydighet under Kristus. Dersom vi ikke tar negative tanker til fange, vil de fort vokse til å bli holdninger. Mens en tanke kan avvises og bindes, er en gal holdning noe det vil ta bevisst arbeide å kvitte seg med. Ofte blir slike tankebygninger bosted for demoniske makter.

En av de vanligste tankebygningene som må brytes er en innøvet holdning til at andre har skylden for at jeg har det vondt. Dette er egentlig et uttrykk for at en ikke tar ansvar for eget liv (se kapittel en under Kunnskapens tre).

Figuren under illustrerer hvordan barn naturlig tar ansvar når de får muligheter for det. Negativ kritikk og anklage fra foreldre og foresatte kan få dem til å utvikle en uansvarlig holdning til livet.

Utviklingskurven deler seg i punktet «Valg» hvor barnet velger å bøye seg for foreldres vilje i opprør. Skal vi komme oss ut av denne vonde tilstanden er det ingen annen veg enn å tilgi de som har såret oss, og velge å ta ansvar for eget liv. Ved å gå



tilbake til valg-punktet og tilgi, tar barnet ansvar for eget liv og kan vokse til full modenhet.

Figuren er en illustrasjon på denne vanskelige, men svært virkningsfulle prosessen. Det lille barnet inne i oss kan få en slik mulighet i voksen alder, ved at vi tar på alvor det vi har omhandlet i kapittel to om å forlate ...

### Vi har autoritet til å løse og binde.

Vi møter stadig mennesker som er bundet. Da har vi autoritet til å løse og binde i Jesu navn. Vi har enda ikke opplevd at den onde ikke må vike når mennesker aktivt samarbeider i en slik befrielsesprosess. Men det har gjort at vi har fått en sunn frykt for å la den onde få innpass i våre liv. Å la gale tanker få bli i vårt sinn, er som å leke med ilden. En dag kan det bryte ut en ild som vi ikke kan slukke. Det er slik bevisst ulydighet som er synd mot den Hellige Ånd. Vi har dessverre eksempler på mennesker som gjennom vedvarende bevisst ulydighet mot Guds ord har havnet i psykopati. Her er det viktig å innse at jeg har ansvaret for at jeg forandres, og at det er spilt møye å prøve å forandre andre mennesker mot deres egen vilje. Samtidig er det viktig å forstå at vi modnes best i et nært samarbeide med andre mennesker, og særlig vår ektemake. Ordspråkene 27:17 sier at jern slipes mot jern, og det ene menneske sliper det andre.

### Sett av tid for kommunikasjon

Kommunikasjon er et middel til å oppnå nærhet og forståelse. Dersom man bare skal forsøke å snakke ut når man er midt oppe i en konflikt, så vil det ikke gå. En gang i blant kan det være lurt å planlegge en weekend alene med ektemaken. Det kan vise seg å bli en god investering. Men det er kanskje

lurt å trene på kommunikasjon hjemme først. Mange ønsker seg evig liv, men vet ikke hvordan de skal få en weekend til å gå sammen med sine kjære. Sett derfor av en tid til fortrolig samtale. Dette kan utvikle seg til stunder hvor visjonen får vokse og hvor felles planer om fremtiden finner sin form. Dette er nødvendig om dere ikke skal ende opp med å leve hvert deres isolerte liv.

Alt liv trenger tilførsel av næring. Fellesskap med ektefelle er også en aktiv tilstand som man må ville og gjøre noe med hele tiden. Dersom vi ikke tilfører fellesskapet næring i form av gode ord og oppmuntring, vil det kjølne og før eller siden miste livet. Peter skriver:

1. PETERS BREV 4:10-11 «Tjen hverandre, hver med den nådegave han har fått, som gode forvaltere over Guds mangfoldige nåde. Den som taler, skal se til at han taler som Guds ord. Den som tjener skal tjene med den styrke Gud gir. Slik skal Gud i ett og alt bli æret, ved Jesus Kristus.»

### Sex i ekteskapet.

Mange spør oss om vi ikke skal snakke om sex i dette kapitlet. Det handler jo om å være nakne! («De var nakne, men de skammet seg ikke».)

Vår erfaring er at ektefeller som tar de anvisningene vi har kommet med, eller rettere de anvisningene Gud ga Adam og Eva i paradiset, vil få et harmonisk seksualliv.

I kapittel 3 nevnte vi at «Seksuallivet er et sikkert barometer som viser om det er samsvar mellom liv og lære i vårt samliv.» Kvinner som ikke opplever seg trygge og elsket vil ha vanskeligheter med å gi seg til sin mann. Når seksuallivet skranter, vil vi råde ektefellene til å spørre hverandre: «Opplever du deg elsket av meg?»

Kommunikasjon må alltid ha som bærebjelke at vi møter hverandre på det følelsesmessige plan. Målet er at den andre skal oppleve seg elsket av meg.

Da blir seksuallivet langt mere enn samleie. Det blir stunder hvor vi kommer hverandre nær i intimitet og åpenhet. Det er ingen tilfeldighet at menneskene skiller seg fra dyrenes parring ved at de kan se hverandre inn i øynene når de elsker med hverandre.

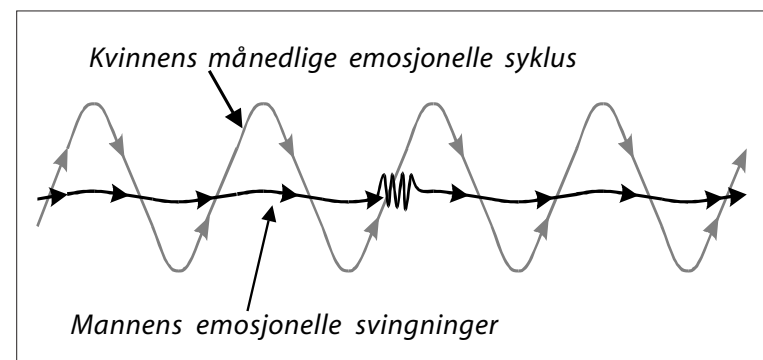
Likevel kan det være ting vi trenger å vite om hverandre for ikke å såre hverandre på dette feltet.

En kvinne vil i fruktbar alder påvirkes av sin månedlige syklus.

Før menstruasjonen setter inn begynner hun på en nedadgående kurve hvor hun lett blir såret og irritabel. Dette er forsøkt illustrert i kurven under.

En rabbiner i London, Shmuley Boteach, har skrevet boken «Kosher Sex» (ren sex) Han hevder at mens bare ti prosent av europeiske kvinner har glede av seksuallivet er tilsvarende prosent åtti for jødiske kvinner som overholder Moselovens Kosherbud slik det fremgår i 3. Mosebok 15:19. De foreskriver seksuell avholdenhet under og syv dager etter menstruasjonen.

Meningen med seksuell avholdenhet var at nå skulle ekteparet konsentrere seg om å utdype vennskap og vise omsorg og



5 De var nakne, både mannen og hans hustru, men de skammet seg ikke

forståelse. En kvinne som får omsorg og forståelse nettopp i den perioden av hennes syklus hvor hun er sårbar, vil være i stand til å møte ektemannen med lengsel og lidenskap når kurven går oppover igjen. Shmuley Boteach hevder også at et slikt opphold vil gjøre seksuallivet nytt og spennende for ektemannen. Derfor er et slikt opphold gunstig også for mannens seksualliv. Da ser vi hvor viktig det er at unge gutter øves opp til å forstå at seksuell avholdenhet i ungdomstiden gjør dem bedre skikket til et godt seksualliv i ekteskapet.

Linjen i figuren som viser mannens følesessvingninger, viser at han i større grad er i stand til å kontrollere sine følelser om han vil.

Faren med å tegne kurver er at generalisering aldri blir riktig.

Flere ektepar har kommet til oss og sagt: «*Hos oss er det han som svinger, mens jeg er den stabile*».

Det er klart at dersom kvinnen har en flegmatisk personlighet vil dette prege hennes følelsesliv. Likevel vil nok den månedlige syklus virke inn. På samme måten vil nok en mann som har en sangvinsk personlighet normalt kunne ha sterke følelsmessige svingninger (se figuren på side 74).

Vi tror mange kunne fått et bedre seksualliv om man snakket mer åpent ut om sine seksuelle behov. Mens mannen fort blir tent ved å se henne kle av seg eller ved berøring, vil en kvinne trenge forberedelse. En liten hemmelig avtale allerede ved frokosten kan gjøre hele dagen spenningsfylt. Dessuten gir det anledning til å forberede seg ved å dusje og stelle seg. Svært mange kvinner har betrodd oss at manglende hygiene fra mannens side ødelegger det som kunne blitt en god og intim stund.

Kransekaka, som er vist på side 61, illustrerer at dersom noen av ringene mangler, er det nødvendig å få disse på plass.

Det er en gammel rabbinsk tradisjon at ektefolk ikke skulle ha sex sammen dersom de var sinte og såret på hverandre.

Da vil samleiet oppleves som et overgrep, og gjøre skade som kan ta lang tid å lege. Vi vil også nevne at en mann som til stadig blir ydmyket og hakket på kan bli impotent.

Høysangen viser veg til det intime forholdet som skulle være mellom mann og kvinne i seksuallivet:

HØYSANGEN 4:7 «*Min elskede, alt ved deg er vakkert!*»

Paulus bruker nettopp det intime forholdet mellom mann og kvinne som et bilde på intimiteten mellom Kristus og kirken:

EFESERNE 5:32–33 «*Dette er et stort mysterium; jeg tenker på forholdet mellom Kristus og kirken. Men det gjelder også dere: Hver og en skal elske sin hustru som seg selv, og hun skal ha respekt for sin mann.*»

Følgende dikt i fri oversettelse etter Piet Hein kan være noe å tenke over:

*Å leve i nuet er livets teknikk, –  
og alle folk gjør jo sitt beste.  
Men halvdelen velger det nuet som gikk,  
og resten de velger det neste.*

*Det forrige nu og det kommende nu  
blir aldri i livet PRESENTE,  
skal alle folks levetid gå med ska'tru,  
til bare å minnes og vente?*

*Det nu som er gått, er alltid forbi,  
det neste blir aldri det rette.  
Nei, sørg for at nuet som du lever i,  
en gang for alltid er DETTE.*

## ARBEIDSOPPGAVE 5

DE VAR NAKNE, BÅDE MANNEN OG HANS  
HUSTRU, MEN DE SKAMMET SEG IKKE.

- 1 Noter ned på hvilke områder dere er sterke i kommunikasjon.

---

---

- 2 Noter ned på hvilke områder kommunikasjonen lett bryter sammen.

---

---

- 3 Prøv å komme frem til hva årsaken er til at kommunikasjonen bryter sammen.

---

---

- 4 Sett opp en plan for hvordan dere skal komme videre.

---

---

Del planen med noen gode venner, og bruk disse vennene som referanseramme for å måle om dere gjør fremgang. Be sammen om at dere skal vokse i kjennskap til hverandre og lære å forstå hjertespråket til hverandre. La det bli et mål å ta alt opp i beste mening – Det er et mål på hvor trygge dere er på hverandre. Må Gud la samlivet deres bli en oase, ikke bare for dere selv, men hvor også andre kan drikke av den kilden dere har funnet sammen.

## Tanker fra «Gyldne alders leir» i Ungdom i Oppdrag sommeren 1996

---

Råd for unge foreldre i barneoppdragelse:

- 1 Vær en god og fortrolig venn for barnet.
- 2 Vær tilgjengelig når barnet trenger deg.
- 3 Gi uttrykk for kjærlighet til barnet, fysisk og verbalt.
- 4 Gi anerkjennelse, både for god oppførsel, gode holdninger og godt utført arbeide.
- 5 Vær snar til å oppmuntre.
- 6 Utvikle barnets egenart.  
Ikke gjør det til en kopi av deg selv.
- 7 Gi fast og bestemt korreksjon på gale ord og gal adferd.  
Benytt anledningen til å gi trygg og positiv veiledning.  
Vær fast og konsekvent når det gjelder vedtatte regler.  
Ikke sett regler dere foreldre er uenige om.
- 8 Vær et eksempel med egen livsførsel.
- 9 Oppmuntre dem og veiled dem til å ta utdanning.
- 10 Oppmuntre dem til å spille et instrument.
- 11 Del din livserfaring med dem.
- 12 Tør å vise egne svake sider.
- 13 Vær tålmodig. Gi barnet mulighet til å ta ansvar for egen læring.
- 14 Lær barnet å ta ansvar for egne valg, og respekter deres valg som ikke bryter med vedtatte regler. Det må være lov å gjøre feil for å lære av konsekvenser.



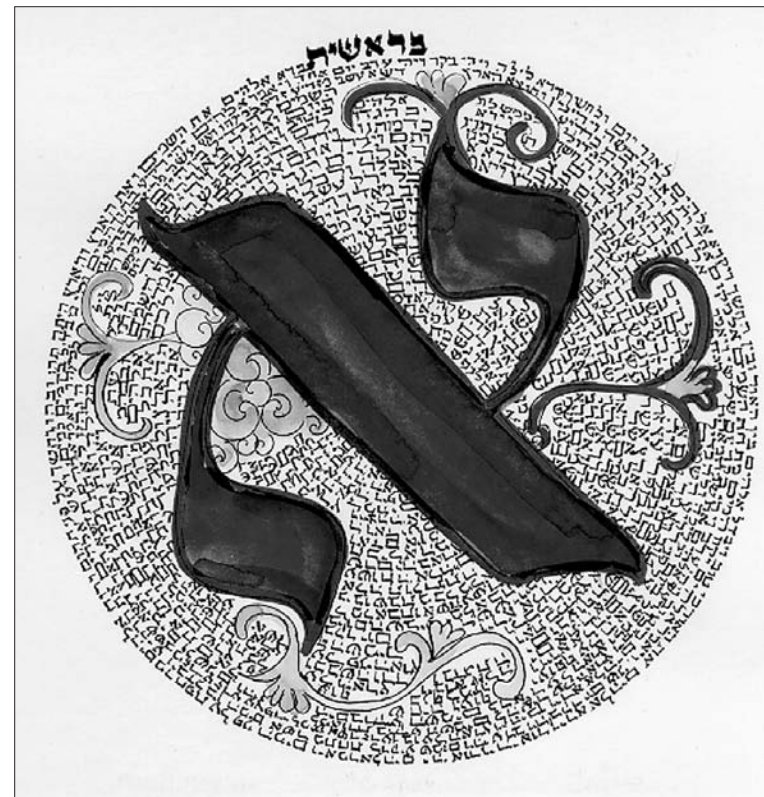
- 15 Lær dem tidlig å ta ansvar for praktiske gjøremål i hjemmet.
- 16 Lær barnet tilgivelse ved selv å be om tilgivelse.
- 17 Lær dem å lese Guds ord og be.
- 18 Se opp for manipulerende utsagn som gir barnet skyldfølelse.
- 19 Følg de samme rådene når det gjelder barnebarna.
- 20 Ha selv et voksent fellesskap som fremmer disse reglene.

## Grunnregler for nybakte ektefolk og foreldre fra eldregenerasjonen

Dere er selv ansvarlige for eget liv og familie.  
Om vi fikk leve livet om igjen ville vi:

- brukt mer aktiv tid sammen, og med barna.
- vært mer aktive i å skape det miljøet vi ville at barna skulle vokse opp i. (Dette kommer ikke av seg selv!)
- satt kravene til økonomi slik at det ovenstående ble mulig.
- ikke basert oss på tilskudd fra våre foreldre, men tatt det som en hyggelig overraskelse.
- vært mer raus med å gi verbalt uttrykk for vår kjærlighet til våre barn, og til våre foreldre.

*Dere vet ikke hvor lenge dere har oss, men så lenge vi lever ønsker vi å være der når dere trenger oss.*



*Dette bildet viser det første kapitlet i Bibelen.  
Bokstaven i midten er den første bokstaven i det  
hebraiske alfabet – bokstaven ALEF.*

*Teksten er skrevet i en innadgående spiral.  
De fete bokstavene øverst står for*

*I begynnelsen ...*

Egne notater:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Egne notater:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Egne notater:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---