

Пам'ятати про Ісуса Христа у наших стражданнях

Прочитайте Учення і Завіти 122:8–9 і спробуйте уявити, щоб Бог говорить безпосередньо з вами про ситуації, з якими стикаєтеся ви самі і ваша сім'я. Позначте фрази з Його учення, які вам важливо почути. Ви можете записати думки і почуття, які у вас виникають, у своїх щоденниках для навчання або примірниках Писань.

Прочитайте Алма 7:11–12 і наведене нижче висловлювання президента Генрі Б. Айрінга, з Першого Президентства. Запишіть, чого вони навчають про Спасителя, що допомагає вам краще розуміти Учення і Завіти 122:8–9.



Коли ви замислюєтеся, скільки болю ви можете гідно витерпіти, згадайте про Нього. Він переніс те, через що ви страждаєте, щоб знати, як піднести вас. Він, можливо, не забере ваш тягар, але Він надасть вам сили, заспокоєння і надію. Він знає, як це зробити. Він випив гірку чашу. Він переніс страждання всіх.

Вас підтримує і заспокоює люблячий Спаситель, Який знає, як допомогти вам у будь-яких випробуваннях, з якими ви стикаєтеся. (Генрі Б. Айрінг, "Випробувані, перевірені та вдосконалені", *Ліягона*, лист. 2020, с. 97)

- Яку користь під час випробувань вам може дати знання того, що Ісус Христос "спустився нижче всього цього"? (Учення і Завіти 122:8.) Чому, на вашу думку, Він це зробив?
- Які ще уривки з Писань були значущими для вас, коли ви переживали страждання?

Пам'ятати про Ісуса Христа у наших стражданнях

Прочитайте Учення і Завіти 122:8–9 і спробуйте уявити, щоб Бог говорить безпосередньо з вами про ситуації, з якими стикаєтеся ви самі і ваша сім'я. Позначте фрази з Його учення, які вам важливо почути. Ви можете записати думки і почуття, які у вас виникають, у своїх щоденниках для навчання або примірниках Писань.

Прочитайте Алма 7:11–12 і наведене нижче висловлювання президента Генрі Б. Айрінга, з Першого Президентства. Запишіть, чого вони навчають про Спасителя, що допомагає вам краще розуміти Учення і Завіти 122:8–9.



Коли ви замислюєтеся, скільки болю ви можете гідно витерпіти, згадайте про Нього. Він переніс те, через що ви страждаєте, щоб знати, як піднести вас. Він, можливо, не забере ваш тягар, але Він надасть вам сили, заспокоєння і надію. Він знає, як це зробити. Він випив гірку чашу. Він переніс страждання всіх.

Вас підтримує і заспокоює люблячий Спаситель, Який знає, як допомогти вам у будь-яких випробуваннях, з якими ви стикаєтеся. (Генрі Б. Айрінг, "Випробувані, перевірені та вдосконалені", *Ліягона*, лист. 2020, с. 97)

- Яку користь під час випробувань вам може дати знання того, що Ісус Христос "спустився нижче всього цього"? (Учення і Завіти 122:8.) Чому, на вашу думку, Він це зробив?
- Які ще уривки з Писань були значущими для вас, коли ви переживали страждання?