



達林·鄔克司會長  
總會會長團  
第一諮理

## 悔改是令人喜悅的！

**悔**改是一種快樂，是神的計畫中很重要的一環，我們都需要悔改。

悔改必須從對耶穌基督的信心開始。我們必須棄絕罪並認罪，這意味著承認自己做錯了，向受傷害的人道歉，並決定作更好的選擇。我們也要在每個安息日領受聖餐。

只要我們悔改，就會成為潔淨。主應許祂將「不再記住〔我們的罪〕」（教義和聖約書58：42），這是多麼大的應許！多麼大的奇蹟！多麼大的祝福啊！

我們慈愛的救主張開雙臂，接納所有悔改並跟從祂的人。●

改編自「藉著悔改獲得潔淨」，2019年5月，利阿賀拿，第91-94頁。

## 再次潔淨

進行這個活動，來幫助你學習悔改！

你需要的材料：



**1.** 將一個透明容器裝滿水，然後把一些石頭和泥土放進水裡，代表我們所作的錯誤選擇。



**2.** 要再次成為潔淨，就必須停止做錯誤的事。將石頭從容器中取出，來呈現這個概念。水現在看起來如何？還是髒的嗎？



**3.** 若要完全悔改，我們就需要耶穌基督，需要對祂和祂的贖罪有信心。將那個裝了水的容器放在水龍頭下，讓乾淨的水流入容器，直到所有的髒水都流出來為止！這代表耶穌基督有能力幫助我們變得潔淨。



愛麗沙·麥倫繪