

Да си спомняме за Исус Христос в нашите страдания

Прочетете Учение и завети 122:8–9 и се опитайте да си представите, че Бог ви говори директно за ситуации, в които вие и семейството ви се намирате. Отбележете изразите, на които Той учи и които е важно да чуете. Бихте могли да запишете мислите и чувствата, които изпитвате, в дневника си за изучаване или в Писанията.

Прочетете Алма 7:11–12 и следното изказване на президент Хенри Б. Айринг от Първото президентство. Запишете какво учат те за Спасителя, което ви помага да разберете по-добре Учение и завети 122:8–9.



Когато се чудите на колко болка можете да устоите добре, спомняйте си за Него. Той е изстрадал вашите страдания, за да знае как да ви повдига. Той може да не премахне бремето, но ще ви дава сили, утеха и надежда. Той познава пътя. Той е изпил горчивата чаша. Той е устоял на страданията на всички.

Вие сте подхранвани и утешавани от любящ Спасител, Който знае как да ви подпомага във всички ваши изпитания. (Хенри Б. Айринг, „Подложени на изпитания, доказали верността си и шлифовани“, *Лиахона*, ноем. 2020 г., с. 97)

- Как би било полезно за вас по време на изпитанията си да знаете, че Исус Христос „слезе по-ниско от всички тях“ (Учение и завети 122:8)? Защо според вас Той би направил това?
- Кои други стихове от Писанията са били значими за вас, докато сте преминавали през страдания?

Да си спомняме за Исус Христос в нашите страдания

Прочетете Учение и завети 122:8–9 и се опитайте да си представите, че Бог ви говори директно за ситуации, в които вие и семейството ви се намирате. Отбележете изразите, на които Той учи и които е важно да чуете. Бихте могли да запишете мислите и чувствата, които изпитвате, в дневника си за изучаване или в Писанията.

Прочетете Алма 7:11–12 и следното изказване на президент Хенри Б. Айринг от Първото президентство. Запишете какво учат те за Спасителя, което ви помага да разберете по-добре Учение и завети 122:8–9.



Когато се чудите на колко болка можете да устоите добре, спомняйте си за Него. Той е изстрадал вашите страдания, за да знае как да ви повдига. Той може да не премахне бремето, но ще ви дава сили, утеха и надежда. Той познава пътя. Той е изпил горчивата чаша. Той е устоял на страданията на всички.

Вие сте подхранвани и утешавани от любящ Спасител, Който знае как да ви подпомага във всички ваши изпитания. (Хенри Б. Айринг, „Подложени на изпитания, доказали верността си и шлифовани“, *Лиахона*, ноем. 2020 г., с. 97)

- Как би било полезно за вас по време на изпитанията си да знаете, че Исус Христос „слезе по-ниско от всички тях“ (Учение и завети 122:8)? Защо според вас Той би направил това?
- Кои други стихове от Писанията са били значими за вас, докато сте преминавали през страдания?