

# 悔改

## 疑虑A

### 我不确定悔改是否值得。

- 你可以分享摩赛亚书第26章中的哪些经文或原则或是其他哪些经文章节，来帮助回应此疑虑？

回想一下，阿尔玛自己在人生早期曾犯过严重的罪，并在悔改后经由救主耶稣基督获得宽恕（见摩赛亚书11：5-7；18：1-3；26：15，20）。

- 在你看来，阿尔玛可以和有这种疑虑的人分享哪些事？

沉思你或你认识的人，在透过悔改转向救主耶稣基督后所经历过的事。

## 疑虑B

### 为什么我必须认罪？为什么有些罪需要向圣职领袖认罪？

主告诉阿尔玛，那些犯罪的人需要「在你〔他们的圣职领袖阿尔玛〕和我〔主〕面前认罪」（摩赛亚书26：29）。

- 既然主已经知道我们的罪，为什么我们要向他认罪很重要？认罪将如何为我们的生活带来祝福？

阅读以下出自**巩固青年小册子**和**荣誉退休总会持有权柄七十员司考德·葛洛**长老的话，找出我们何时以及为什么应该向主教或分会会长认罪的见解。



主教……有资格从圣灵那里获得与支会成员有关的启示——这也包括你在内。……〔他〕可以帮助你走过悔改的过程，那是父母或其他领袖无法提供的。……

〔如果我们不认罪，我们会〕独自背负罪的重担，没让救主把重担除去。（司考德·葛洛，「我需要向主教认罪的原因和内容是什么？」，2013年10月，**利阿贺拿**，第58-59页）

- 这段话能如何帮助对向圣职领袖认罪有疑虑的人？

## 疑虑C

### 我犯了太多罪，主是不会宽恕我的。

- 摩赛亚书26：29-30中，主所说的话能如何帮助解决这个问题？（你也可以研读提摩太前书1：15；约翰一书1：9或教义和圣约18：10-12、58：42-43。）
- 关于救主的哪些经文记事说明了，祂对努力悔改的人的感受，以及祂愿意宽恕的心？

## 疑虑D

### 你的选择

想一想，别人对悔改可能会有的另一个实际的疑虑或问题。研读经文指南中的「悔改」或「认罪」（[scriptures.ChurchofJesusChrist.org](http://scriptures.ChurchofJesusChrist.org)），找出会有帮助的真理。不妨复习经文指南中「悔改」或「认罪」的相关经文（[ChurchofJesusChrist.org](http://ChurchofJesusChrist.org)）。不妨研读**巩固青年小册子**中的「悔改」，并沉思你知道有关主的哪些事会有帮助。

耶稣基督  
后期圣徒教会