

Husk Jesus Kristus i vores trængsler

Læs Lære og Pagter 122:8-9, og prøv at forestille jer, at Gud taler direkte til jer om situationer, som I og jeres familie står i. Markér de vendinger, han belærte om, der er vigtige for jer at høre. I kan eventuelt skrive de tanker og følelser ned, I har, i jeres studiebog eller i jeres skrifter.

Læs Alma 7:11-12 og følgende erklæring fra præsident Henry B. Eyring fra Det Første Præsidentskab. Nedskriv det, de lærer om Frelseren, der kan hjælpe jer til bedre at forstå Lære og Pagter 122:8-9.



Når I spekulerer på, hvor meget smerte I kan udholde, så husk ham. Han led, som I lider, for at han kunne vide, hvordan han kan løfte jer. Han fjerner måske ikke byrden, men han vil give jer styrke, trøst og håb. Han kender vejen. Han drak den bitre kalk. Han led alle smerter for alle.

I plejes og trøstes af en kærlig Frelser, der ved, hvordan han skal bistå jer, uanset hvad I måtte gå igennem. (Henry B. Eyring, »Prøvet, påvist og poleret«, *Liahona*, nov. 2020, s. 97)

- Hvordan kan det være en hjælp for jer under jeres prøvelser at vide, at Jesus Kristus er »steget ned under dem alle«? (L&P 122:8). Hvorfor tror I, at han gjorde det?
 - Hvilke andre skriftsteder har været betydningsfulde for jer, når I har gennemgået trængsler?
-

Husk Jesus Kristus i vores trængsler

Læs Lære og Pagter 122:8-9, og prøv at forestille jer, at Gud taler direkte til jer om situationer, som I og jeres familie står i. Markér de vendinger, han belærte om, der er vigtige for jer at høre. I kan eventuelt skrive de tanker og følelser ned, I har, i jeres studiebog eller i jeres skrifter.

Læs Alma 7:11-12 og følgende erklæring fra præsident Henry B. Eyring fra Det Første Præsidentskab. Nedskriv det, de lærer om Frelseren, der kan hjælpe jer til bedre at forstå Lære og Pagter 122:8-9.



Når I spekulerer på, hvor meget smerte I kan udholde, så husk ham. Han led, som I lider, for at han kunne vide, hvordan han kan løfte jer. Han fjerner måske ikke byrden, men han vil give jer styrke, trøst og håb. Han kender vejen. Han drak den bitre kalk. Han led alle smerter for alle.

I plejes og trøstes af en kærlig Frelser, der ved, hvordan han skal bistå jer, uanset hvad I måtte gå igennem. (Henry B. Eyring, »Prøvet, påvist og poleret«, *Liahona*, nov. 2020, s. 97)

- Hvordan kan det være en hjælp for jer under jeres prøvelser at vide, at Jesus Kristus er »steget ned under dem alle«? (L&P 122:8). Hvorfor tror I, at han gjorde det?
- Hvilke andre skriftsteder har været betydningsfulde for jer, når I har gennemgået trængsler?