

Atcerēties Jēzu Kristu savu ciešanu brīžos

Izlasi Mācības un Derību 122:8–9 un mēģini iedomāties, ka Dievs tieši ar tevi runā par situācijām, ar kurām tu un tava ģimene saskaras. Atzīmē Viņa mācītās frāzes, kuras tev ir svarīgi dzirdēt. Tu varētu vēlēt ierakstīt savas domas un izjūtas savā studiju dienasgrāmatā vai Svētajos Rakstos.

Izlasi Almas 7:11–12 un tālāk sniegto prezidenta Henrija B. Airinga izteikumu no Augstākā prezidija. Pieraksti, ko tie māca par Glābēju, kas palīdz tev labāk izprast Mācības un Derību 122:8–9.



Prātojot par to, cik gan lielas sāpes jūs spētu pienācīgi panest, atcerieties Viņu. Viņš izcieta to, ko izciešat jūs, lai varētu zināt, kā jūs pacilāt. Var gadīties, ka Viņš neatbrīvos jūs no jūsu sloga, taču Viņš dāvās jums spēku, mierinājumu un cerību. Viņš zina ceļu. Viņš ir izdzēris rūgto biķeri. Viņš ir izjutis visu cilvēku ciešanas.

Jūs stiprina un mierina mīlošais Glābējs, kurš zina, kā palīdzēt jums it visos pārbaudījumos, ar kuriem jūs sastopaties. (Henrijs B. Airings, „Pārbaudīts, pierādīts un noslīpēts” (vispārējās konferences runa), *Liahona*, 2020. g. nov., 97. lpp.)

- Kāpēc tev derētu savu pārbaudījumu laikā zināt, ka Jēzus Kristus ir „pazemoj[ies] zem tā visa”? (Mācības un Derību 122:8). Kādēļ, tavuprāt, Viņš to darīja?
- Kādas citas Svēto Rakstu rakstvietas tev ir bijušas nozīmīgas ciešanu brīdī?

Atcerēties Jēzu Kristu savu ciešanu brīžos

Izlasi Mācības un Derību 122:8–9 un mēģini iedomāties, ka Dievs tieši ar tevi runā par situācijām, ar kurām tu un tava ģimene saskaras. Atzīmē Viņa mācītās frāzes, kuras tev ir svarīgi dzirdēt. Tu varētu vēlēt ierakstīt savas domas un izjūtas savā studiju dienasgrāmatā vai Svētajos Rakstos.

Izlasi Almas 7:11–12 un tālāk sniegto prezidenta Henrija B. Airinga izteikumu no Augstākā prezidija. Pieraksti, ko tie māca par Glābēju, kas palīdz tev labāk izprast Mācības un Derību 122:8–9.



Prātojot par to, cik gan lielas sāpes jūs spētu pienācīgi panest, atcerieties Viņu. Viņš izcieta to, ko izciešat jūs, lai varētu zināt, kā jūs pacilāt. Var gadīties, ka Viņš neatbrīvos jūs no jūsu sloga, taču Viņš dāvās jums spēku, mierinājumu un cerību. Viņš zina ceļu. Viņš ir izdzēris rūgto biķeri. Viņš ir izjutis visu cilvēku ciešanas.

Jūs stiprina un mierina mīlošais Glābējs, kurš zina, kā palīdzēt jums it visos pārbaudījumos, ar kuriem jūs sastopaties. (Henrijs B. Airings, „Pārbaudīts, pierādīts un noslīpēts” (vispārējās konferences runa), *Liahona*, 2020. g. nov., 97. lpp.)

- Kāpēc tev derētu savu pārbaudījumu laikā zināt, ka Jēzus Kristus ir „pazemoj[ies] zem tā visa”? (Mācības un Derību 122:8). Kādēļ, tavuprāt, Viņš to darīja?
- Kādas citas Svēto Rakstu rakstvietas tev ir bijušas nozīmīgas ciešanu brīdī?