

## TVIL

Jeg kan finne svar på mine spørsmål i evangeliet og stole på at Frelseren vil hjelpe meg å overvinne enhver tvil.

**Jakobs brev 1:5-6:** Jakob oppfordrer meg til å spørre Gud hvis jeg ikke forstår, men han formaner meg til å be i tro. Han forsto at det å stille spørsmål fører til et ønske om å forstå, mens tvil fører til vantro.

.....  
**Ytterligere skriftsteder:**

Mosiah 4:9  
 Alma 32:28  
 Mormon 9:27  
 Lære og pakter 6:36

## SYK

Herren vet hvordan han skal hjelpe meg, og på grunn av ham vil jeg en dag bli helbredet for alle mine sykdommer.

**Lukas 8:43-48:** Kristus helbredet mange mens han var på jorden. Jeg kan også bli helbredet. Denne helbredelse kommer kanskje ikke umiddelbart, eller i dette liv, men han vil trøste meg (en form for helbredelse) og helbrede meg fullstendig i oppstandelsen.

.....  
**Ytterligere skriftsteder:**

Matteus 4:23-24  
 Markus 9:14-27  
 Alma 7:11-13  
 3 Nephi 17:7-10



## FRUSTRERT

Kristi nåde kan gi meg tålmodighet til å overvinne frustrasjon med meg selv og andre.

**2 Nephi 4:16-35:** Til og med Nephi, så trofast som han var, mistet troen på seg selv. Når jeg prøver å overvinne mine svakheter, utføre en oppgave eller motstå fristelser, kan jeg finne trøst i å vite at Gud vil hjelpe meg og gi meg fred.

.....  
**Ytterligere skriftsteder:**

Alma 34:41  
 Alma 38:4-5  
 Lære og pakter 67:13  
 Lære og pakter 98:12



## VERDILØS

Kristus led for meg fordi han elsker meg og kjenner min uendelige verdi.

**Lukas 15:3-7:** Lignelsen om den bortkomne sauene viser at den gode hyrde, Jesus Kristus, vil gjøre alt for å finne igjen den bortkomne sauene. Jeg er verd så mye for vår himmelske Fader og Jesus Kristus at de gjorde det mulig å vende tilbake til dem og bli som dem.

.....  
**Ytterligere skriftsteder:**

Johannes 3:16  
 Johannes 15:13  
 Alma 24:14  
 Lære og pakter 18:10-13