



“Minnes hvor barmhjertig Herren har vært”  
(Moroni 10:3).

## UNGDOM

### Tre ting å huske

Ordet *huske* forekommer ofte i Mormons bok. Nephi oppfordret sine brødre til å huske hvordan Gud hadde bevart deres forfedre. Kong Benjamin ba sitt folk om å huske Guds storhet. Og Moroni befalte sine lesere å minnes hvor barmhjertig Herren er.

Det er helt avgjørende å minnes Frelseren – vi inngår til og med pakt om å minnes ham hver gang vi tar del i nadverden. President Eyring oppfordrer oss til å huske disse tre tingene under nadverden:

1. **Husk Jesus Kristus:** Les skriftstedene om hvordan Frelseren tjente og viste kjærlighet til andre. Hvordan føler du hans kjærlighet? Hvordan kan du tjene og vise kjærlighet til andre slik Frelseren gjorde?
2. **Husk hva du trenger å gjøre bedre:** Reflekter over den foregående uken med et angrende hjerte. Velg én ting du kan forandre, og skriv ned hvordan du vil gjøre denne forbedringen. Ha målet ditt et sted

hvor du vil se det ofte.

3. **Husk hvilken fremgang du gjør:** Be Gud om å hjelpe deg å se den gode fremgangen du gjør. Skriv ned hvordan du føler deg.

Vi er ikke fullkomne, men Frelseren vet det. Det er derfor han ber oss om å minnes ham. Å minnes ham gir oss håp og hjelper oss å ønske å bli bedre. Selv i stunder når vi ikke minnes ham, sier president Eyring, “minnes han alltid deg”.

## BARN

### Minnes Jesus

Skriptene lærer oss at vi alltid skulle minnes Jesus Kristus. Det betyr at vi skulle tenke ofte på ham og følge hans eksempel!

Du kan følge ham og fargelegge dette bildet av Jesus for å hjelpe deg å alltid huske ham og hva han gjorde. Ha det sted hvor du vil se det ofte.

“Og hvis dere alltid husker meg, skal min Ånd være hos dere”  
(3 Nephi 18:7).

