



“Kom ihåg hur barmhärtig Herren har varit”
(se Moro. 10:3).

UNGDOMAR

Tre saker att minnas

Olika former av orden *minnas* och *komma ihåg* nämns många gånger i Mormons bok. Nephi uppmanade sina bröder att komma ihåg hur Gud hade räddat deras förfäder. Kung Benjamin uppmanade sitt folk att komma ihåg Guds storhet. Och Moroni uppmanade sina läsare att komma ihåg hur barmhärtig Herren är.

Att minnas Frälsaren är av största vikt för oss. Vi ingår faktiskt förbund att minnas honom varje gång vi tar del av sakramentet. President Eyring uppmanar oss att minnas de här tre sakerna under sakramentet.

1. **Minns Jesus Kristus:** Läs skriftställen om hur Frälsaren tjänade och visade kärlek till andra. Hur kan du känna hans kärlek? Hur kan du tjäna och visa kärlek till andra så som Frälsaren gjorde?
2. **Minns vad du behöver göra bättre:** Tänk tillbaka på föregående vecka med ett botfärdigt hjärta. Välj en sak som du kan förändra och skriv ner hur du ska göra förbättringen. Sätt upp målet där du kan se det ofta.

3. **Minns framstegen du gör:** Be Gud hjälpa dig se de bra framstegen som du gör. Skriv ner hur det känns.

Vi är inte fullkomliga, men Frälsaren vet det. Det är därför han ber oss att minnas honom. När vi minns honom får vi större hopp och hjälp att vilja förbättra oss. President Eyring säger att även om vi inte minns honom så minns han alltid oss.

BARN

Minns Jesus

Skrifterna lär oss att alltid minnas Jesus Kristus. Det betyder att vi ska tänka på honom *mycket* och följa hans exempel!

Du kan kalkera och färglägga den här bilden av Jesus så får du hjälp att alltid minnas honom. Sätt upp den på en plats där du ser den ofta.

“Och om ni alltid kommer ihåg mig skall ni ha min Ande hos er”
(3 Ne. 18:7).

