

UPPMUNTRANDE ORD



Skriv ett meddelande till dig själv

Om något går fel och du blir ledsen kan du prova att skriva ett uppmuntrande meddelande till dig själv!

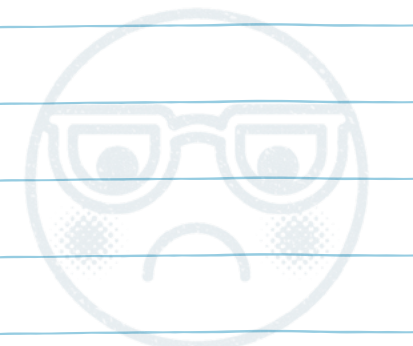
Vad som hände:

Det gick dåligt
på ett prov.

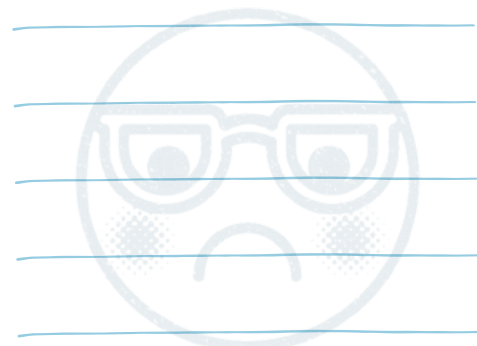
Vad som hände:

Min vän sa något
elakt till mig.

Vad som hände:



Vad som hände:



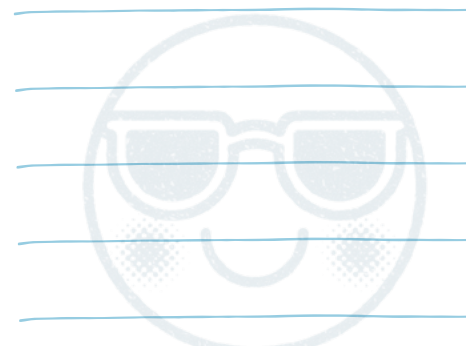
Uppmuntrande ord:

Jag kan fortsätta
försöka och lära mig.
Jag kan be om hjälp.
och jag ger inte upp.

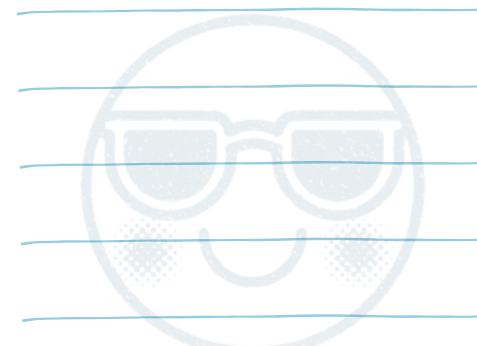
Uppmuntrande ord:

Min himmelske Fader
älskar mig. Jag kan
vara en bra vän.

Uppmuntrande ord:



Uppmuntrande ord:



Jesus Kristus älskar dig!

Här är några av Frälsarens ord som kan trösta dig.

"Var inte rädd, jag hjälper dig" (Jes. 41:13).

"Min frid ger jag er. ... Låt inte era hjärtan oroas" (Joh. 14:27).

"Mina änglar [ska vara] runt omkring er för att upprätthålla er" (L&F 84:88).

"Fortsätt älska. Fortsätt försöka. Fortsätt ha tillit. Fortsätt tro.
Fortsätt växa. Himlen hejar på dig i dag, i morgon och för evigt."

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum, "I morgon skall Herren göra under bland er", *Liahona*, maj 2016, s. 127.