

# Força dos Jovens

*Preparar-se para  
ter sempre o Espírito,*

p. 10

*Seu Caderno da  
conferência está aqui!*

seção central



# LIAH T.

16 ANOS, LOUISIANA, EUA



**A MÚSICA É UMA PARTE** importante de minha vida. Adoro tocar violino e viola. Quando eu era jovem, minha mãe foi chamada para ensinar música na Primária. Ela me ensinou a amar as canções do livro *Músicas para Crianças*, e sinto o Espírito sempre que as toco.

Também danço no Louisiana Vintage Dancers e pinto telas para meus pais e minha casa. Tenho muita gratidão e apreço pelas pessoas que passam o tempo pintando as obras de arte que

vemos na igreja. Acho maravilhoso que a pintura seja uma maneira de expressarmos nossos sentimentos sobre o evangelho.

Na Conferência Geral de Outubro de 2018, o élder Gerrit W. Gong, do Quórum dos Doze Apóstolos, falou sobre uma pintura do pôr do sol por trás de uma floresta. Como era bonita! A pintura me fez lembrar que o sol sempre nascerá depois da noite escura.

O evangelho é minha vida! Adoro conectar meu amor pela arte ao evangelho. Às vezes nem precisa ser uma pintura religiosa para que eu sinta o amor de Deus. Eu até já olhei pinturas de pássaros anteriormente e pensei: “Uau! Deus criou aquele pássaro para mim”.



Compartilhe sua história e leia a história de outros jovens no Instagram em [@StrivetoBe](#) ou publique usando [#SerMelhor](#).

# Conteúdo

## 2 O PONTO CENTRAL DA PÁSCOA: O JESUS CRISTO VIVO

Élder Gerrit W. Gong

Ao celebrarmos a Páscoa, regozijamo-nos por saber que Jesus Cristo vive hoje e para todos nós.

## 6 COMO UMA JANELA PARA A ALMA

Jovens cantam em um festival inter-religioso e aprendem como a música pode unir todos os que creem.

## 9 A CRIAÇÃO DO PRIMEIRO HINÁRIO

Emma Smith recebeu a designação de reunir a primeira coleção de hinos da Igreja.

## 10 PREPARAR-SE PARA TER SEMPRE O ESPÍRITO

Élder Paul B. Pieper

A chave para ter o Espírito conosco diariamente é partilhar do sacramento semanalmente com dignidade.



## SEU CADERNO DA CONFERÊNCIA GERAL ESTÁ AQUI!

Seção central



Use estas páginas para ajudá-lo a se preparar para tirar o máximo proveito da conferência geral. Destaque-as e use-as como um livreto separado se preferir.

## Ver também...

- 14 Firme alicerce
- 16 Pensamento final
- 17 Pessoas da história da Igreja

### A Primeira Presidência:

Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

### O Quórum dos Doze Apóstolos:

M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares

### Editor:

Randy D. Funk  
Consultores: Marcos A. Aidukaitis, Michelle Craig, Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Walter F. González, Jeremy R. Jaggi, Jan E. Newman, Adrián Ochoa, Michael T. Ringwood, Bradley R. Wilcox

### Diretor administrativo:

Richard I. Heaton

### Diretor das revistas da Igreja:

Aaron Johnston

### Gerente comercial:

Garff Cannon

### Gerente editorial:

Matthew C. Godfrey

### Gerente editorial assistente de impressão:

Paul B. Murphy

### Gerente editorial assistente digital:

Joshua J. Perkey

Redator: David A. Edwards

Escritor e editor: David Dickson, Eric B. Murdock

Assistente de publicação: Priscilla Biehl da Silva

### Diretora de arte:

Jeanette Andrews

Diagramação: Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Kelsey Fackrell

### Coordenadora de propriedade intelectual:

Collette Nebeker Aune

### Gerente de produção:

Ammon Harris

Produção: Ira Glen Adair, Andrea Bird, Julie Burdett, José Chavez, Bryan W. Gygis, Ginny J. Nilson, Marissa M. Smith

Pré-impressão: Joshua Dennis, Ammon Harris

### Diretor de impressão:

Steven T. Lewis

### Diretor de distribuição:

Nelson Gonzalez

Diretor geral: Alex Dantas

Produção gráfica: André Silveira

Editora-chefe: Patrícia Corrêa

Responsável pela tradução: Sasha Faro Jóia

Distribuição: Dante S. Parronchi

© 2020 Intellectual Reserve, Inc. Todos os direitos reservados. Impresso no Brasil. *Força dos Jovens* (ISSN 0164-5285) é publicada mensalmente por A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah.

Informação de direitos autorais: A menos que seja indicado o contrário, é permitido copiar o material da revista *Força dos Jovens* para uso pessoal, não comercial (inclusive para os chamados na Igreja). Essa permissão pode ser

revogada a qualquer momento. O material visual não poderá ser copiado se houver qualquer restrição indicada nos créditos constantes da obra.

As perguntas sobre direitos autorais devem ser encaminhadas para Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 5, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-mail: [cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org](mailto:cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org).

Para assinar ou mudar o endereço:

Accesse [store.ChurchofJesusChrist.org](http://store.ChurchofJesusChrist.org), ou envie o endereço antigo e o novo para Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. A alteração pode demorar até 60 dias para ocorrer.

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

Canada Post Information: Publication Agreement #40017431.

### PARA ENVIAR MANUSCRITOS OU TRABALHOS ARTÍSTICOS:

ONLINE: Accesse [ftsoy.ChurchofJesusChrist.org](http://ftsoy.ChurchofJesusChrist.org) e clique em "Enviar trabalho".

E-MAIL: [ftsoy@ChurchofJesusChrist.org](mailto:ftsoy@ChurchofJesusChrist.org)

CARTA: For the Strength of Youth Editorial, 50 E. North Temple St., Rm. 2377, Salt Lake City, UT 84150-0024, USA. Se desejar recebê-los de volta, mande um envelope selado com seu endereço.



**Élder Gerrit W. Gong**  
Do Quórum dos Doze Apóstolos

*O ponto central da Páscoa:*

# O Jesus Cristo vivo

*Ao celebrarmos a Páscoa, regozijamo-nos por saber que Jesus Cristo vive hoje e para todos nós.*

**CELEBRAMOS O JESUS** Cristo vivo nesta época de Páscoa. Com perfeito amor, nosso Salvador nos assegura: “Em mim [tereis] paz; no mundo tereis aflição, mas tende bom ânimo, eu venci o mundo” (João 16:33).

Ao celebrarmos a Páscoa, regozijamo-nos por saber que Jesus Cristo vive — viveu não somente no passado, mas vive no presente; não somente para alguns, mas para todos. Ele veio e vem para curar os quebrantados de coração, libertar os cativos, dar vista aos cegos e pôr em liberdade os oprimidos (ver Lucas 4:18). Isso se aplica a todos nós. Suas promessas redentoras se aplicam a nós a despeito de nosso passado, de nosso presente ou de nossas preocupações sobre o futuro.

## **Hosana e aleluia**

No Domingo de Ramos, Jesus entrou em Jerusalém montado sobre um jumentinho, e muitos “tomaram ramos de palmeiras, e saíram-lhe ao encontro” (João 12:12–13; ver também Mateus 21:8–9; Marcos 11:8–10). Tradicionalmente, os ramos de palmeiras são um símbolo sagrado que expressa alegria por nosso Senhor. Os fiéis reconheceram nisso o cumprimento de uma profecia e conscientemente clamaram: “Hosana nas alturas!” (Mateus







“[Cristo] veio pagar **uma dívida que não era Sua** porque **tínhamos uma dívida que não podíamos pagar.**”

— *Presidente Russell M. Nelson*

21:9.) Hosana significa “salva-nos agora” (ver Guia para Estudo das Escrituras, “Hosana”).

O Domingo de Páscoa acontece uma semana após o Domingo de Ramos. O presidente Russell M. Nelson ensina que Jesus Cristo “veio pagar uma dívida que não era Sua, porque tínhamos uma dívida que não podíamos pagar”.<sup>1</sup> Por meio da Expição de Cristo, todos os filhos de Deus “[podem] ser [salvos], pela obediência às leis e ordenanças do Evangelho” (Regras de Fé 1:3). Na Páscoa, cantamos aleluia. Aleluia significa “louvai ao Senhor Jeová” (ver Bible Dictionary, “Hallelujah”).

Os eventos sagrados entre o Domingo de Ramos e o Domingo de Páscoa são a história de hosana e aleluia. Hosana é nosso apelo a Deus para nos salvar. Aleluia expressa nosso louvor ao Senhor pela esperança de salvação e de exaltação. Em hosana e aleluia, reconhecemos o Jesus Cristo vivo como o ponto central da Páscoa e da Restauração nos últimos dias.

### **Restauração e Ressurreição**

Em um Domingo de Páscoa, em 3 de abril de 1836, nos primeiros dias da Restauração, o Jesus Cristo vivo apareceu após o Templo de Kirtland ter sido dedicado. Aqueles que lá O viram testemunharam Dele usando o fogo e a água como contrastes complementares: “Os seus olhos eram como uma labareda de *fogo*; os cabelos de sua cabeça eram brancos como a *pura neve*; o seu semblante resplandecia mais do que o *brilho do sol*; e a sua voz era como o *ruído de muitas águas*, sim, a voz de Jeová” (Doutrina e Convênios 110:3; grifo do autor).

Naquela ocasião, nosso Salvador declarou: “Eu sou o primeiro e o último; sou o que vive, sou o que foi morto; eu sou vosso advogado junto ao Pai” (Doutrina e Convênios 110:4). Mais uma vez, contrastes complementares foram utilizados —

primeiro e último, vivo e morto. Ele é o Alfa e o Ômega, o princípio e o fim (ver Apocalipse 1:8; 3 Néfi 9:18; Doutrina e Convênios 19:1; 38:1; 45:7), o autor e consumidor de nossa fé (ver Hebreus 12:2; Morôni 6:4).

Após a aparição de Jesus Cristo, também apareceram Moisés, Elias e Elias, o Profeta. Por meio de orientação divina, esses grandes profetas da antiguidade restauraram as chaves e a autoridade do sacerdócio. Assim, “as chaves desta dispensação são confiadas” (Doutrina e Convênios 110:16) dentro de Sua Igreja restaurada para abençoar todos os filhos de Deus.

De maneira significativa, o Livro de Mórmon descreve o “poder e ressurreição de Cristo” (Alma 41:2) — a essência da Páscoa — com respeito a duas restaurações.

Primeiro, a ressurreição inclui a restauração física de nossa “própria e perfeita estrutura” — de “todo membro e junta”; “nem mesmo um fio de cabelo da cabeça será perdido” (Alma 40:23). Essa promessa concede esperança àqueles que perderam algum membro de seu corpo, àqueles que perderam a capacidade de ver, ouvir, andar, ou àqueles que foram vencidos por doenças implacáveis, doenças emocionais, ou àqueles com capacidade reduzida. Ele nos encontra. Ele nos restaura.

Uma segunda promessa da Páscoa e da Expição de nosso Senhor é a de que, espiritualmente, “todas as coisas serão restauradas em sua própria ordem” (Alma 41:4). Essa restauração espiritual reflete nossas obras e nossos desejos. Ela restaura o “que é bom”, “reto”, “justo” e “misericordioso” (Alma 41:13). Não é de se admirar que o profeta Alma use a palavra *restaurar* ou outras variações dela 22 vezes<sup>2</sup> à medida que nos exorta a “[agir-mos] com justiça, [julgar-mos] com retidão e [praticarmos] o bem continuamente” (Alma 41:14).

Pelo fato de “o próprio Deus [expiar] os pecados do mundo” (Alma 42:15), a Expição do Senhor pode restaurar não apenas o que existia, mas também o que existirá. Por conhecer nossas dores, aflições, enfermidades e as tentações de toda espécie que enfrentamos (ver Alma 7:11), Ele pode, com misericórdia, socorrer-nos de acordo com nossas enfermidades (ver Alma 7:12). Por ser “um Deus perfeito, justo e também um Deus misericordioso”, o plano de misericórdia pode “satisfazer os requisitos da justiça” (Alma 42:15). Nós nos arrependemos e fazemos tudo o que está ao nosso alcance. Ele nos envolve eternamente “pelos braços de seu amor” (2 Néfi 1:15).

### **Cantar canções de alegria eterna**

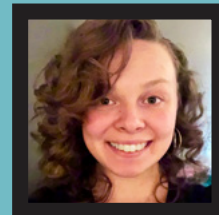
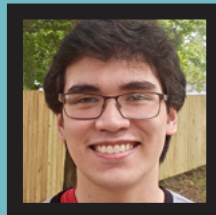
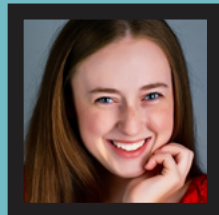
Nesta época de Páscoa, com você, presto testemunho de Deus, nosso Pai Eterno, e de Seu Filho Amado, o Jesus Cristo vivo. Homens mortais foram cruelmente crucificados e depois ressuscitaram. Mas somente o Jesus Cristo vivo, em Sua perfeita forma ressurreta, ainda carrega as marcas da crucificação em Suas mãos, em Seus pés e em Seu lado. Apenas Ele pode dizer: “Em ambas as palmas das minhas mãos te tenho gravado” (Isaías 49:16; 1 Néfi 21:16). Apenas Ele pode dizer: “Eu sou aquele que foi levantado. Eu sou Jesus, que foi crucificado. Eu sou o Filho de Deus” (Doutrina e Convênios 45:52).

Nesta época, podemos aprender muito sobre a bondade de Deus e sobre nosso potencial divino de desenvolver o amor de Deus dentro de nós à medida que O buscamos e nos aproximamos uns dos outros. “E acontecerá que os justos serão reunidos dentre todas as nações e virão a Sião cantando com cânticos de eterna alegria” (Doutrina e Convênios 45:71). Nesta época de hosana e aleluia, cantem aleluia — porque Ele reinará para todo o sempre! Bradem hosana a Deus e ao Cordeiro! 🎵

*Extraído de um discurso da Conferência Geral de Abril de 2020.*

#### **NOTAS**

1. Russell M. Nelson, em *Handel's Messiah: Debtor's Prison* (vídeo), ChurchofJesusChrist.org/media-library.
2. As palavras *restaurar*, *restaurado*, *restauração*, ou outras variações delas aparecem 22 vezes em Alma 40:22–24 e em Alma 41, enfatizando tanto a restauração física como a espiritual.



# COMO UMA JANELA PARA A ALMA

*Quando cantaram com o coro da ala em um festival inter-religioso, esses adolescentes aprenderam muito sobre como a música pode unir todos os que creem.*

**Richard M. Romney**  
Revistas da Igreja

**MEGAN C., ETHAN M. E ROMY C.** têm algo em comum: eles amam a música reverente. Eles adoram a maneira como a música os eleva e inspira, bem como a maneira como ela faz com que eles se sintam. Eles também adoram ver como ela eleva e inspira outras pessoas.

Megan, 18 anos; Ethan, 19 anos; e Romy, 17 anos, também têm algo mais em comum: todos cantam no coro de sua ala na Flórida, EUA. E recentemente o coro deu a eles uma



oportunidade ainda maior de compartilhar seu amor pela música, participando de um festival de música inter-religioso.

“Nossa comunidade participa de uma aliança inter-religiosa que se esforça para reunir pessoas de diferentes religiões”, explica Ethan. Por exemplo, o grupo promoveu um debate durante um jantar de Iftar (a refeição noturna realizada quando os muçulmanos terminam seu jejum diário durante o mês sagrado do Ramadã), organizou uma série de projetos de serviço, como preparar mochilas escolares para crianças necessitadas, e realizou vários jantares em que pessoas que não se conheciam sentavam lado a lado na mesma mesa e conversavam sobre comidas, costumes e crenças apreciadas em sua cultura.

### **Vamos ser amigos**

O objetivo dessa aliança é, obviamente, ajudar pessoas de diferentes origens a se tornarem amigas.

“Há uma família turca que sempre encontro nos jantares inter-religiosos. Eles correm em minha direção e dizem: ‘Estamos muito felizes em ver você novamente!’”, diz Romy. “Em um mundo onde há tanta perseguição à religião e

à fé, é bom que todos estejamos juntos e simplesmente conversemos uns com os outros.” Durante um dos projetos de serviço, “as senhoras de outra igreja foram muito amáveis”, diz ela. “Elas não se importavam com a religião de ninguém. Elas estavam lá apenas para oferecer ajuda. Foi muito bom.”

“Podemos acreditar em coisas diferentes”, diz Megan, “mas sempre respeitei as crenças de outras pessoas. É bom me conectar com elas neste ambiente em que todos queremos aprender uns sobre os outros”.

“Nossa igreja é um dos membros mais novos da aliança”, diz Ethan. “Fiquei muito grato ao ver como as pessoas foram gentis conosco e como foram receptivas. Sei que, em alguns lugares, as pessoas fazem confusão a respeito da Igreja. Por isso, sempre fico grato quando as pessoas são capazes de aceitar as diferenças umas das outras e buscar o que temos em comum.”

### **A uma só voz**

Uma das coisas que todos os grupos religiosos têm em comum é a música. O Interfaith Music Festival foi uma grande oportunidade para os fiéis se unirem a

fim de louvar a Deus. O coro da ala foi um dos seis grupos que representam congregações de toda a cidade.

“Havia um grupo de sinos, um dueto vocal, um coro grande, um coro pequeno, um dueto de flauta e piano e assim por diante”, explica Megan. “Cada grupo foi convidado a apresentar dois números.”

Megan continua: “Queríamos ter certeza de que aquilo que cantássemos fizesse as pessoas saberem que acreditamos em Jesus Cristo e também que acreditamos no Pai Celestial. Queríamos criar um sentimento de adoração”.

O coro optou por dois números que já havia apresentado: “Great Things and Small Things” [Coisas grandes e pequenas], de Steven Kapp Perry, e “Sacraments and Symbols” [Sacramentos e símbolos], de Janice Kapp Perry, Steven Kapp Perry e Lynne Perry Christofferson.

“A primeira música é otimista. Ela oferece a garantia de que, por meio de Deus, você pode fazer qualquer coisa, desde as relativamente pequenas até as muito significativas”, diz Ethan. “A segunda música tem uma profunda reverência. É quase como um cântico e cria um verdadeiro sentimento de adoração.”



Os membros do coro gostam de jantar e de servir com pessoas de outras religiões.

## Ensaiai, ensaiar, ensaiar

Enquanto se preparavam para a apresentação, Ethan usou um método que já usava antes. “Tento priorizar a imersão na música”, diz ele. “Acho que, quando consigo prestar atenção ao significado da música, consigo apreciá-la melhor. Claro, eu me certifico de que posso cantar corretamente, mas acho que é mais fácil fazer isso quando estou em sintonia com a mensagem que a música tenta transmitir. Gosto de enfatizar a preparação espiritual.”

“Ainda tínhamos que cantar na reunião sacramental e praticar para outras coisas também”, diz Megan. “Mas sabíamos da importância do evento inter-religioso, então nos certificamos de que as peças estivessem prontas. Trabalhamos arduamente nelas.”

Para o segundo número, o coro de 14 membros foi reduzido a um quarteto duplo. “Ensaivamos às terças-feiras, antes das atividades dos Rapazes e das Moças”, diz Megan. “Isso me fez pensar na música por uma semana inteira ou, melhor, por um mês inteiro. Não costumava fazer isso, mas encontrei a música no YouTube e continuei tocando-a repetidamente. Queria me aperfeiçoar. Eu queria que cantássemos tão bem que pudessemos tocar o coração de outras pessoas.”

Ethan, Megan e Romy concordam que os ensaios tiveram um benefício adicional. “Quando você pratica as músicas repetidamente”, diz Romy, “as mensagens que elas transmitem ficam em sua mente e em seu coração”.

## Na mente e no coração

A presença da música na mente e no coração dos membros do coro era muito evidente durante sua apresentação. “As duas músicas eram lindas”, diz Romy. “O público ficou em silêncio e todos sentiram o Espírito enquanto aquelas músicas eram cantadas. Todos nos sentimos unidos.”

“A primeira música sempre foi uma música alegre para mim”, diz Megan. “Sinto que ela causou o mesmo impacto nas pessoas que estavam no festival. Eu me diverti cantando e espero que todos tenham gostado também. E, na segunda música, as vozes combinaram tão bem! Acho que todos que a ouviram sentiram um espírito de respeito e temor a Deus.”

Megan continua, dizendo que, no final da noite, “pudemos conversar com os participantes e com o público. Sei que algumas pessoas perguntaram ao regente de nosso coro sobre as músicas que cantamos — ‘Que tipo de música era essa?’ Ou ‘Onde você encontrou esse arranjo?’ Pudemos interagir uns com os outros e falar sobre as músicas que todos compartilhamos. Senti que fui capaz de entendê-los melhor por meio de suas canções e que eles também nos entenderam melhor por causa das nossas. A música é como uma janela para a alma”. 🎵



## O QUE A MÚSICA SIGNIFICA PARA MIM

**MEGAN:** “Há uma razão para termos hinos e há uma razão para termos música em geral. Creio que é porque o Senhor deseja que sintamos paz com Ele. Uma das principais ocasiões em que consigo sentir o Espírito é quando penso no hino sacramental. Ele nos ajuda a lembrar do Salvador e de tudo o que Ele fez por nós”.

**ETHAN:** “O papel da música é transmitir a emoção por trás de uma mensagem. Há uma diferença entre dizer: ‘Deus pode me ajudar nas provações’, o que é bom e verdadeiro, e cantar um hino com a mesma mensagem. A música exige um pouco mais de você, como cantor. A música ajuda você a realmente entender a mensagem e se conectar com ela em um nível mais profundo. A música serve para ampliar tudo o que você quer dizer para quem quer que esteja ouvindo”.

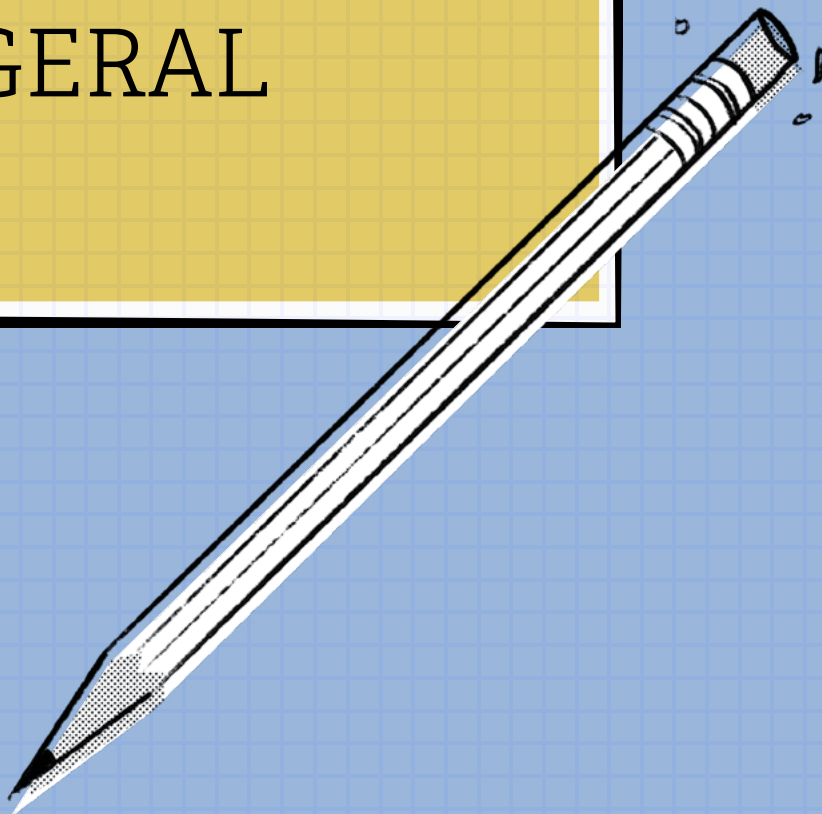
**ROMY:** “Quando ouço música sacra, eu me sinto mais perto de Jesus Cristo. Sei que Jesus Cristo colocou música nesta Terra para que possamos nos alegrar e levar outras pessoas a Ele. Quando preciso sentir o Espírito Santo, canto um hino em meu coração e em minha mente. É uma de minhas maneiras favoritas de me alegrar”.



O coro se apresenta no Interfaith Music Festival.

ABRIL DE 2021

# CADERNO DA CONFERÊNCIA GERAL



**SEU GUIA PARA RECEBER  
REVELAÇÃO PESSOAL  
AO PARTICIPAR DA  
CONFERÊNCIA GERAL**

---

## A PRIMEIRA PRESIDÊNCIA

Apoiada em 14 de janeiro de 2018



**PRESIDENTE**  
**DALLIN H. OAKS**  
Primeiro conselheiro  
apoiado apóstolo: 1984



**PRESIDENTE**  
**RUSSELL M. NELSON**  
Presidente da Igreja  
apoiado apóstolo: 1984



**PRESIDENTE**  
**HENRY B. EYRING**  
Segundo conselheiro  
apoiado apóstolo: 1995

## O QUÓRUM DOS DOZE APÓSTOLOS



**PRESIDENTE**  
**M. RUSSELL BALLARD**  
apoiado apóstolo: 1985



**ÉLDER**  
**JEFFREY R. HOLLAND**  
apoiado apóstolo: 1994



**ÉLDER**  
**DIETER F. UCHTDORF**  
apoiado apóstolo: 2004



**ÉLDER**  
**DAVID A. BEDNAR**  
apoiado apóstolo: 2004



**ÉLDER**  
**QUENTIN L. COOK**  
apoiado apóstolo: 2007



**ÉLDER**  
**D. TODD CHRISTOFFERSON**  
apoiado apóstolo: 2008



**ÉLDER**  
**NEIL L. ANDERSEN**  
apoiado apóstolo: 2009



**ÉLDER**  
**RONALD A. RASBAND**  
apoiado apóstolo: 2015



**ÉLDER**  
**GARY E. STEVENSON**  
apoiado apóstolo: 2015



**ÉLDER**  
**DALE G. RENLUND**  
apoiado apóstolo: 2015



**ÉLDER**  
**GERRIT W. GONG**  
apoiado apóstolo: 2018



**ÉLDER**  
**ULISSES SOARES**  
apoiado apóstolo: 2018

## PRESIDÊNCIA GERAL DAS MOÇAS



**IRMÃ**  
**MICHELLE CRAIG**  
Primeira conselheira



**IRMÃ**  
**BONNIE H. CORDON**  
Presidente



**IRMÃ**  
**BECKY CRAVEN**  
Segunda conselheira



**IRMÃO**  
**AHMAD S. CORBITT**  
Primeiro conselheiro



**PRESIDENTE**  
**STEVEN J. LUND**  
Presidente



**IRMÃO**  
**BRADLEY R. WILCOX**  
Segundo conselheiro

## PRESIDÊNCIA GERAL DA ESCOLA DOMINICAL



**IRMÃO**  
**MILTON CAMARGO**  
Primeiro conselheiro



**IRMÃO**  
**MARK L. PACE**  
Presidente



**IRMÃO**  
**JAN E. NEWMAN**  
Segundo conselheiro

# A inspiração **COMEÇA AQUI.**

A conferência geral é uma oportunidade perfeita para o Senhor falar diretamente a você. À medida que os servos do Senhor falarem, o Espírito Santo testemunhará de Jesus Cristo (ver João 15:26) e ensinará “todas as coisas que deveis fazer” (2 Néfi 32:3). Imagine que — ao ouvir em espírito de oração e com sinceridade o que os oradores disserem, o Senhor poderá lhe dar revelação personalizada! Ele lhe dirá o que Ele deseja que você saiba e o que Ele precisa que você faça. O diagrama a seguir mostra como isso pode funcionar:

## **ENTÃO, COMECE A SE PREPARAR AGORA PARA #OUVIROSENHOR.**

- Ore para que o Espírito Santo o inspire.
- Escreva todas as perguntas que você tiver.
- Faça um plano para ouvir ou ler o máximo que você puder da conferência geral.



**OUÇA A “VOZ DO SENHOR”  
AO OUVIR CADA ORADOR**  
(ver Doutrina e Convênios  
68:3–4).



**O ESPÍRITO SANTO  
FALARÁ EM SEU CORAÇÃO  
E EM SUA MENTE**  
(ver Doutrina e Convênios  
8:2–3).



**ESCREVA AS IMPRESSÕES  
QUE RECEBER**  
(ver 2 Néfi 29:11).

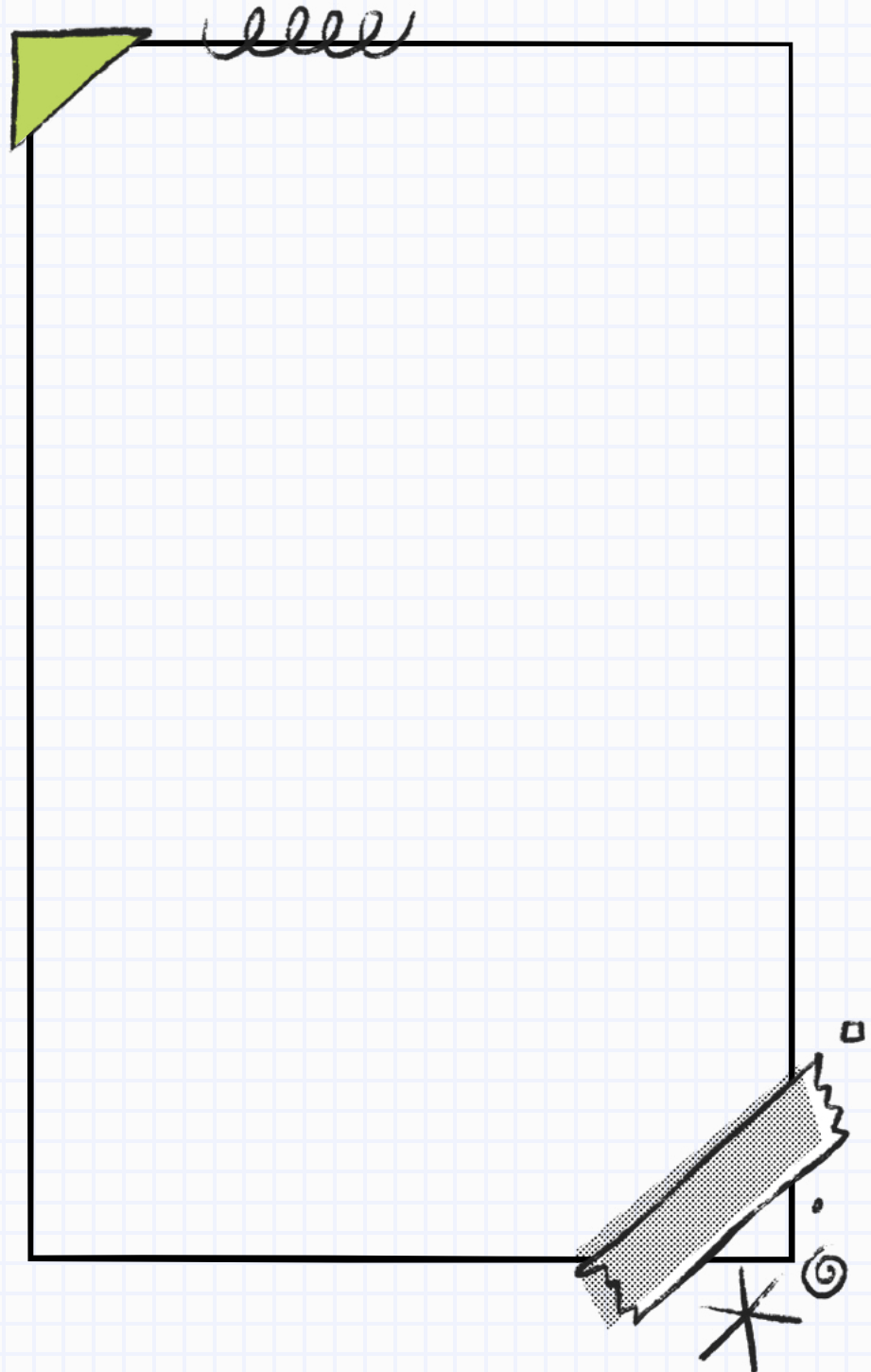
**COLOQUE EM PRÁTICA O QUE  
APRENDEU E SENTIU**  
(ver João 7:17; 1 Néfi 3:7).


# SESSÃO DA MANHÃ de sábado

O Senhor inspirou cada orador com mensagens específicas que Ele deseja que eles compartilhem. Ele também dará mensagens personalizadas para você por meio do Espírito Santo. Ouça ambos ao participar da conferência geral.

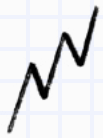
---

**O QUE APRENDI SOBRE  
JESUS CRISTO HOJE?**






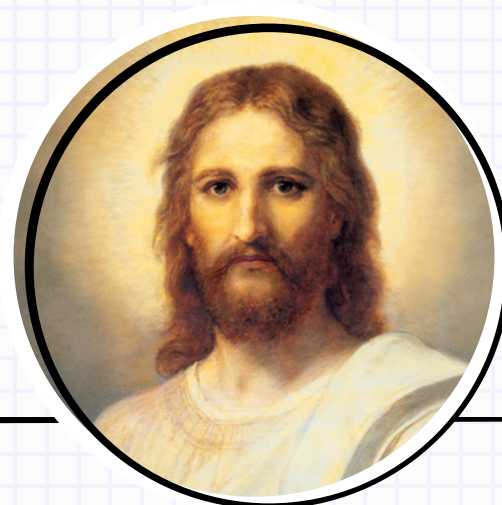
O que sinto que o Senhor está tentando me ensinar?



**"O PROPÓSITO DESTA E DE TODAS AS CONFERÊNCIAS GERAIS É O DE NOS AJUDAR A OUVIR O SENHOR."**

Presidente Russell M. Nelson<sup>1</sup>

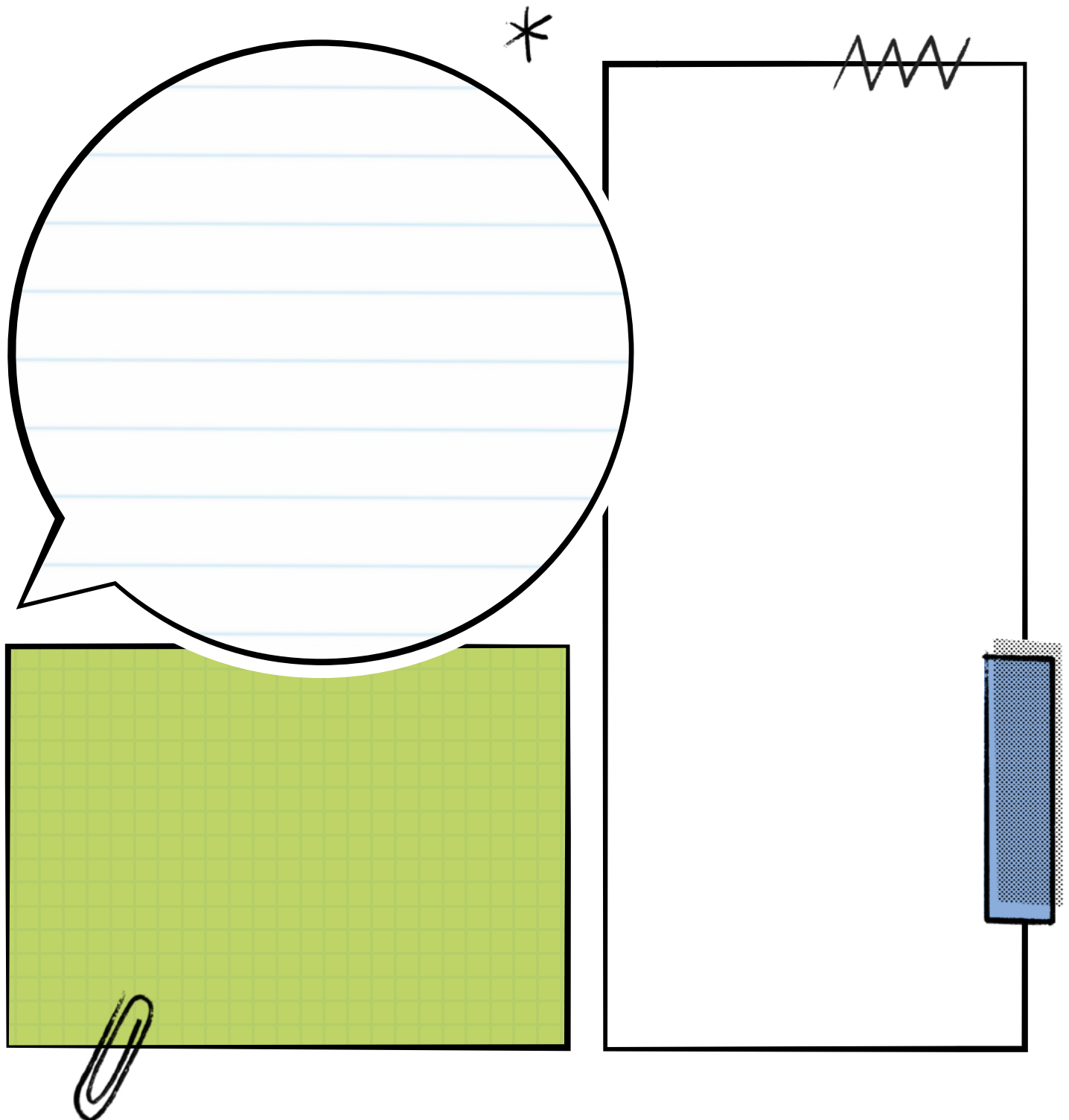
Quais mensagens chamaram minha atenção? Por quê?



O que vou fazer agora?


# SESSÃO DA TARDE

## de sábado

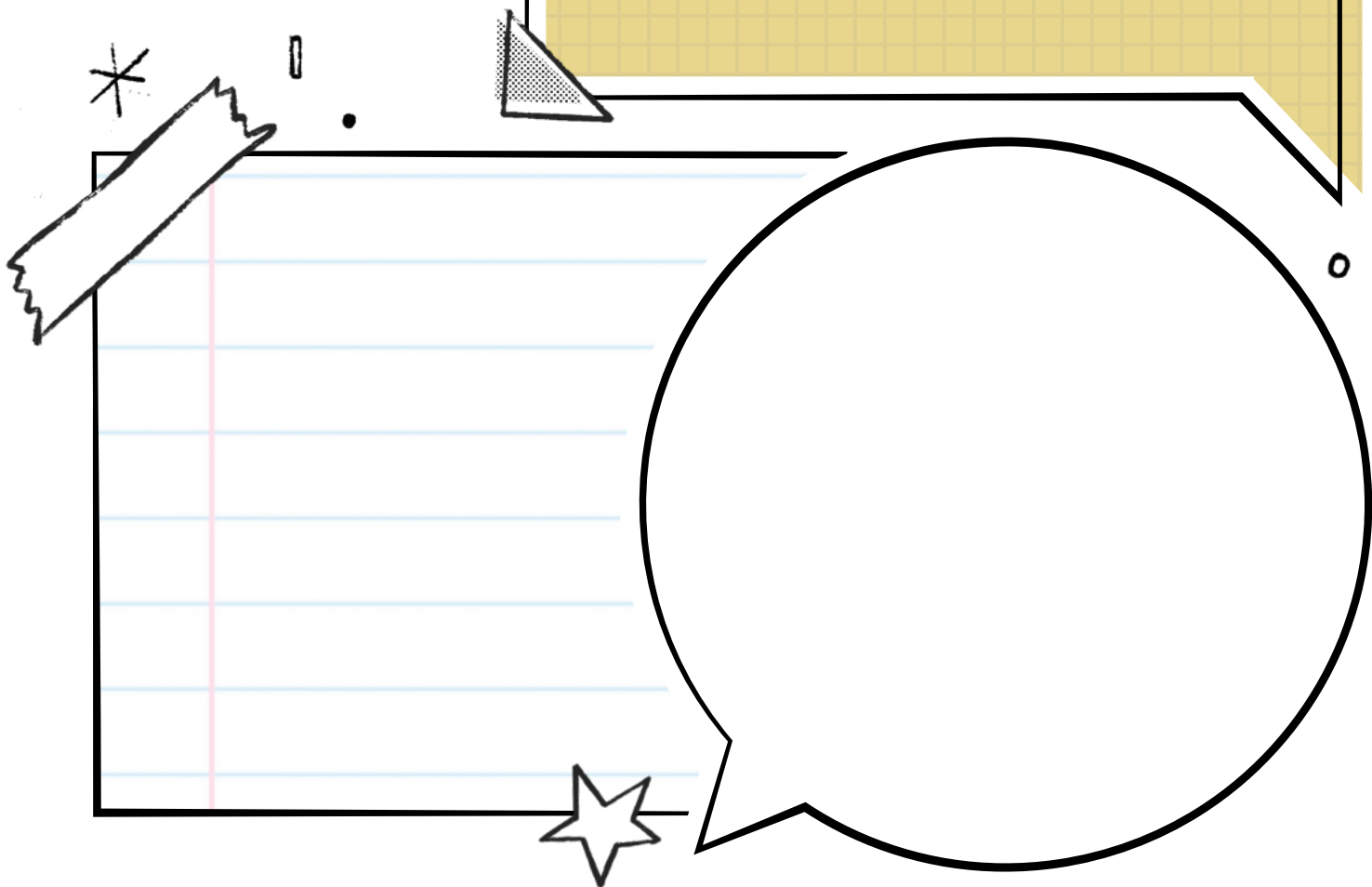




Ao anotar as impressões que recebe na conferência geral, você mostra ao Senhor que deseja ser ensinado por Ele. Ao agir de acordo com o que Ele lhe ensina, você se tornará mais semelhante a Ele.



**O QUE SINTO QUE  
PRECISO FAZER PARA  
ME APROXIMAR MAIS  
DO SALVADOR?**



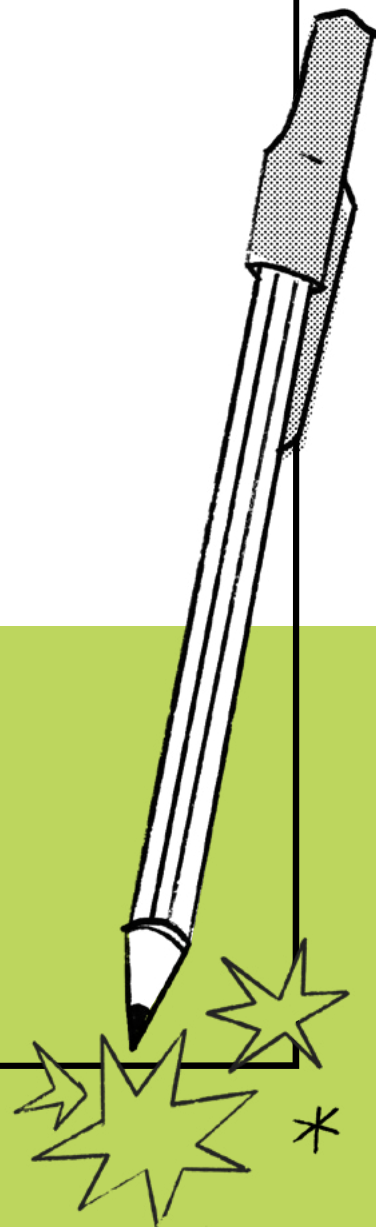
A large graphic area for writing. It features a yellow grid box at the top, a white box with blue horizontal lines and a pink vertical margin line on the left, and a large white speech bubble on the right. The entire area is decorated with various icons: a star, a pencil, a ruler, a triangle, and a starburst.

# SESSÃO DA NOITE de sábado

*elll*

Ore para que o Espírito Santo o ensine ao participar da conferência geral. Ele lhe dará ideias que são especialmente para você. Registre suas impressões e faça planos para colocá-las em prática.

---

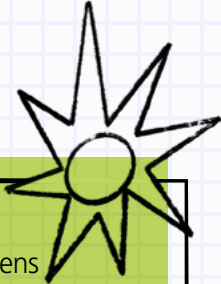


**O QUE FUI CONVIDADO  
A FAZER QUE ME AJUDARÁ  
A SER MAIS SEMELHANTE A  
JESUS CRISTO?**



**"O QUE É DITO NÃO É TÃO IMPORTANTE QUANTO O QUE É OUVIDO E SENTIDO."**

Élder Robert D. Hales<sup>2</sup>

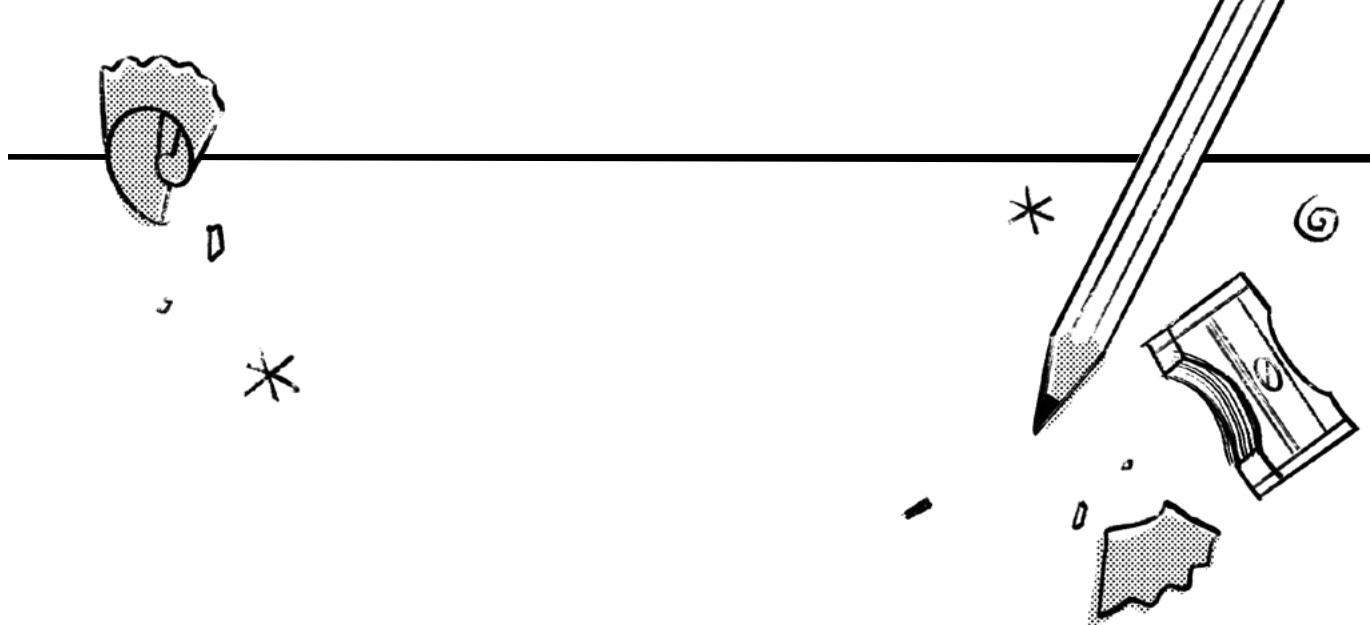


Ao ouvir ou ler as mensagens na conferência geral, registre as impressões espirituais que receber. Que verdades são ensinadas? O que é mais importante para você?

# SESSÃO DA MANHÃ de domingo

**COMO SENTI O  
AMOR DO SALVADOR  
DURANTE ESTA  
SESSÃO?**



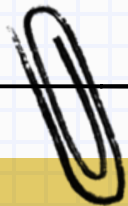


**"MOMENTOS ESPIRITUAIS DETERMINANTES ACONTECEM AO OUVIRMOS  
A CONFERÊNCIA GERAL EM ESPÍRITO DE ORAÇÃO E AO GUARDARMOS OS  
MANDAMENTOS DE UMA FORMA MELHOR."**

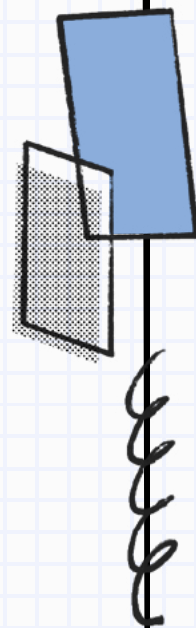
Élder Neil L. Andersen<sup>3</sup>

# SESSÃO DA TARDE

## de domingo

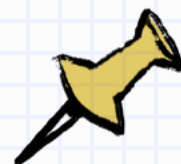
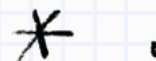
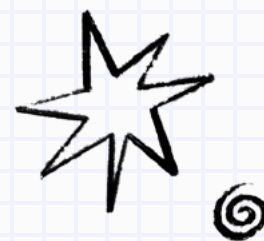


É importante ouvir as mensagens que cada discursante está ensinando. É igualmente importante ouvir as mensagens que o Espírito Santo está tentando lhe ensinar.



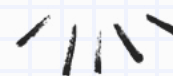
*lllll*

**O QUE APRENDI SOBRE  
A EXPIAÇÃO DE JESUS  
CRISTO?**



**"AQUELES QUE NOS DIRIGIRÃO  
A PALAVRA BUSCARAM AJUDA  
E ORIENTAÇÃO DOS CÉUS AO  
PREPARAREM SEU DISCURSO.  
(...) QUE POSSAMOS SENTIR  
O ESPÍRITO DO SENHOR  
ENQUANTO OUVIMOS E  
APRENDEMOS, É MINHA  
ORAÇÃO."**

Presidente Thomas S. Monson<sup>4</sup>



# PAUSA para descontrair

## Você pode encontrar as correspondências?

A seguir estão pares encontrados nas escrituras. Use estes versículos para ajudá-lo a relacionar os itens da esquerda com os da direita.

- Doutrina e Convênios 20:77, 79



- Alma 32:26–30



- João 10:14–15



- 1 Samuel 17:38–40, 46–50

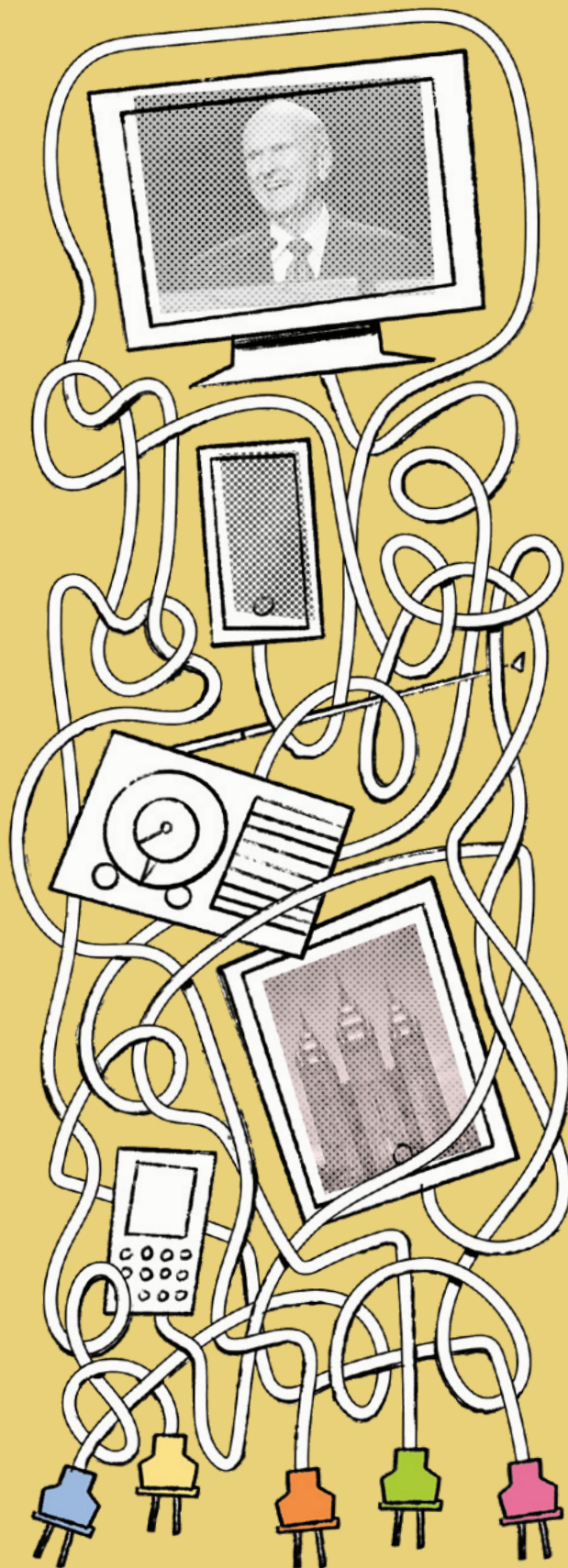
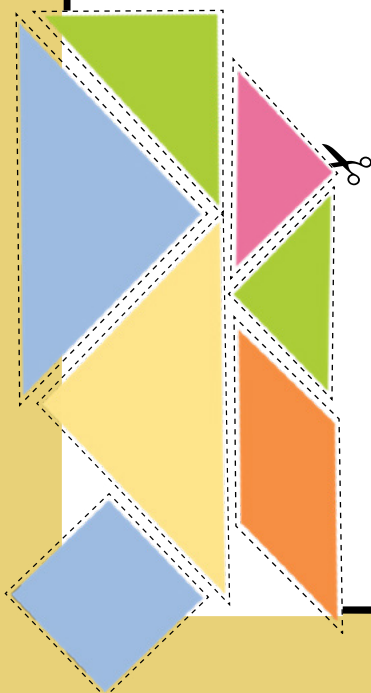


- Marcos 6:34–44



## Desafio do tangram

Tangrans são antigos quebra-cabeças chineses. Recorte as formas à esquerda e veja se consegue recriar a estátua do anjo Morôni, a vela e a pomba mostradas aqui. Você consegue criar outros?



## Conecte-se à conferência

Siga cada linha para se conectar a diferentes maneiras de participar da conferência.



# Mas, **E AGORA?**



A conferência geral pode ter acabado, mas sua experiência com o que aprendeu está apenas começando. O que você vai fazer para colocar em prática o que aprendeu e sentiu? Você provavelmente sente que tem muito em que pode trabalhar, mas não conseguirá fazer tudo de uma só vez. Aqui estão algumas ideias para ajudá-lo a planejar os próximos passos:

1. O que você se sente inspirado a continuar fazendo ou a mudar em sua vida?

2. Quais dessas coisas você sente que são as mais importantes para fazer agora?

3. Quais metas você pode definir? Com quais metas você pode se comprometer novamente?

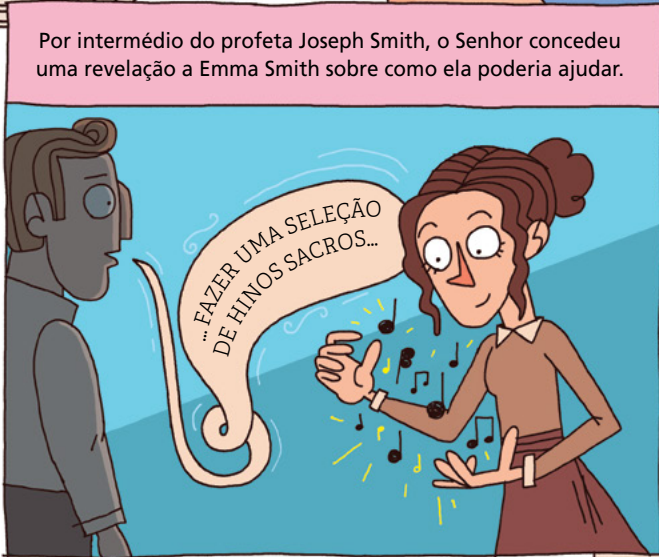
4. A quem você pode pedir ajuda?

**NOTAS**

1. Russell M. Nelson, "Mensagem de abertura", Conferência Geral de Abril de 2020, *Liahona*, maio de 2020, p. 7.
2. Robert D. Hales, Conferência Geral de Outubro de 2013, *A Liahona*, novembro de 2013, p. 7.

3. Neil L. Andersen, Conferência Geral de Abril de 2020, *Liahona*, maio de 2020, p. 21.
4. Thomas S. Monson, "Bem-vindos à conferência", Conferência Geral de Outubro de 2009, *A Liahona*, novembro de 2009, p. 6.
5. M. Russell Ballard, Conferência Geral de Abril de 2020, *Liahona*, maio de 2020, p. 11.







# Preparar-se para ter sempre o **ESPÍRITO**



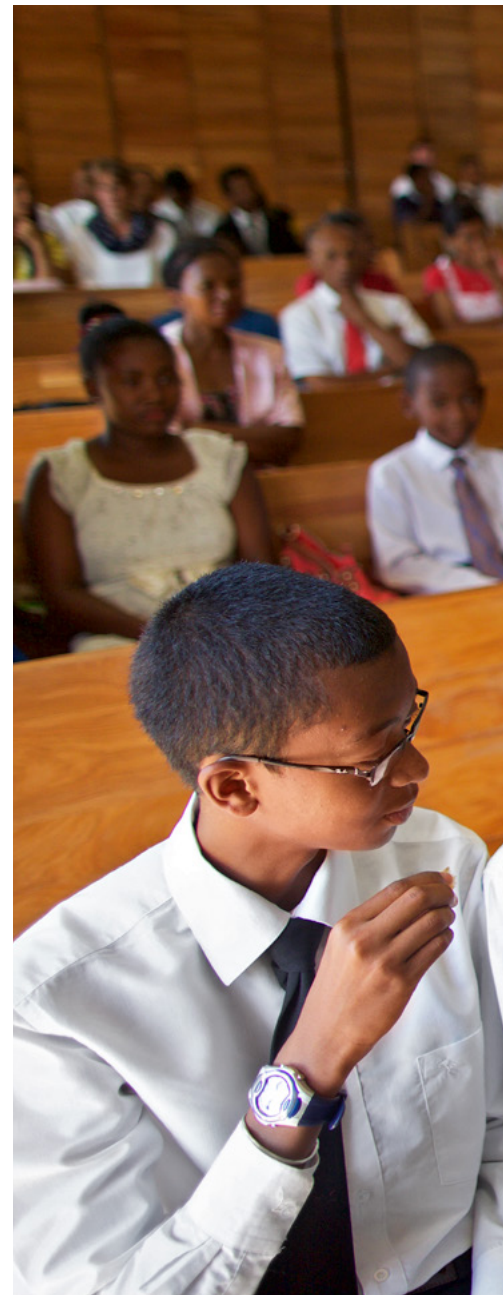
**Élder Paul B. Pieper**  
Dos setenta

**QUANDO EU TINHA 12 ANOS DE IDADE,** fui com minha família visitar os locais da história da Igreja no interior do estado de Nova York, EUA. No Bosque Sagrado, lembro-me de ponderar sobre a Primeira Visão e as outras visões incríveis que Joseph teve e pensar: “Uau! Se eu tivesse um encontro espiritual incrível com seres celestiais como Joseph teve, não precisaria de mais nada na vida”.

Desde essa época, aprendi que, em vez de um grande encontro espiritual uma vez na vida, preciso de pequenas experiências com frequência para me manter forte em meu testemunho e com segurança no caminho de volta ao lar. O Pai Celestial sabia que precisaríamos de

orientação constante em nossa vida e preparou o caminho para que a recebêssemos.

Para todos aqueles que têm fé suficiente em Seu Filho para se arrepender e ser batizados, Ele concede o dom do Espírito Santo. Por meio da ordenança semanal do sacramento, Ele nos dá a possibilidade de “ter sempre [conosco] o seu Espírito” se lembrarmos do Salvador e guardarmos Seus mandamentos (Doutrina e Convênios 20:77). Isso possibilita que tenhamos acesso à orientação diária do Espírito em nossa vida à medida que usamos nosso arbítrio para tomar decisões que nos ajudarão no caminho de volta ao Pai Celestial.



## **O SACRAMENTO E O ESPÍRITO**

O Pai Celestial sabia que precisaríamos ter acesso constante à orientação de Seu Espírito, não apenas grandes experiências de uma só vez. Por meio do profeta Joseph Smith, Ele restaurou a ordenança do batismo por imersão, que nos ajuda a nos tornar limpos. Estamos então preparados para receber o dom do



*Preparar-nos para tomar o sacramento dignamente todas as semanas pode nos ajudar a ter o Espírito sempre conosco.*

No entanto, apenas comparecer na Igreja e comer o pão e beber a água não nos permitirá ter acesso à promessa do Senhor. Nossa preparação intencional para a ordenança nos permite receber o poder do Salvador em nossa vida.

Os atletas não se tornam competentes apenas vestindo um uniforme ou entrando na quadra ou no campo. Eles devem treinar seu corpo, aprender as técnicas e praticar para se tornarem peritos em seu esporte. Da mesma forma, devemos aprender a nos preparar a fim de tomar o sacramento com reverência e dignidade para que possamos receber o poder que Ele pode nos conceder.

Uma maneira de preparar seu coração e espírito para tomar o sacramento é realizar uma pequena entrevista consigo mesmo a cada semana. Gosto de usar Doutrina e Convênios 20:37 para entrevistar a mim mesmo. Esse versículo contém os requisitos para o batismo conforme revelado por Deus ao profeta Joseph. Ele contém as qualificações que devem ser cumpridas por todos os que desejam ser batizados. Descobri que isso me ajuda a me preparar para receber as promessas renovadoras disponíveis por meio do sacramento.

Espírito Santo por meio da confirmação, dando-nos a possibilidade de receber orientação diária do Espírito.

O Pai Celestial sabia que ficar limpo uma única vez não seria suficiente e que precisaríamos nos lembrar do Salvador e nos tornar limpos repetidas vezes para manter o Espírito sempre conosco. Ele

restaurou a ordenança do sacramento para esse propósito. Se nos prepararmos com cuidado e tomarmos o sacramento com frequência, recebemos a promessa de que “[teremos] *sempre* [conosco] o seu Espírito” (Doutrina e Convênios 20:77; grifo do autor).



## **USANDO ESSA ESCRITURA COMO MEU GUIA, AQUI ESTÃO ALGUMAS DAS PERGUNTAS QUE FAÇO A MIM MESMO PARA VER SE ESTOU PREPARADO PARA TOMAR O SACRAMENTO.**

### **Eu me humilhei diante de Deus?**

O primeiro requisito relacionado em Doutrina e Convênios 20:37 é se humilhar diante de Deus. Fazemos isso ao aceitar e desejar seguir Sua vontade conforme está escrito nas escrituras, é ensinado por Seus servos ou conforme recebemos por inspiração.

Eu me pergunto se estou lutando contra Deus em algum ponto de minha vida atualmente. Estou resistindo à orientação Dele? Estou atento aos ensinamentos de Seus servos? Se não estou, faço planos para melhorar e me comprometo a ser melhor ao me preparar para tomar o sacramento. Deus é onisciente — quando reconheço que Ele tem uma visão geral de minha vida, é mais fácil me humilhar diante Dele e confiar que Ele me guiará para o que for melhor.

### **Tenho um coração quebrantado e um espírito contrito?**

Ter o coração quebrantado e o espírito contrito está relacionado à humildade. Significa estar disposto a se submeter à vontade de Deus. Ser humilde significa pedir perdão e perdoar mesmo quando for difícil ou quando parecer que os outros é que estão errados. Você pode dizer: “Meu coração está de bem com todos”? Você magoou alguém de seu convívio ou tem sentimentos ruins sobre alguém? Precisa pedir perdão a alguém?

Quando tenho um coração quebrantado e um espírito contrito, estou disposto a fazer um esforço para acertar as coisas com Deus e com as pessoas ao meu redor. Tento me livrar de pensamentos e sentimentos negativos em relação a outras pessoas. O Espírito não habita conosco quando temos sentimentos contenciosos, então nos livrar deles é um passo importante na preparação para receber a promessa do sacramento.

### **Desejo ficar limpo novamente? Posso testificar que me arrependi de todos os meus pecados?**

Outro requisito em Doutrina e Convênios 20:37 é “verdadeiramente [nos arrependermos] de todos os [nossos] pecados”. Quando fomos batizados, fomos limpos de nossos pecados. Fizemos a promessa de tentar guardar os mandamentos de Deus e de nos arrepender quando cometemos erros.

Eu me pergunto: “Estou apenas tomando o sacramento porque acho que é a coisa certa a fazer ou realmente quero ficar limpo novamente?” Olho para trás, para meus pecados e erros daquela semana, e me pergunto se realmente quero mudar e me livrar deles. Se você deseja se tornar limpo, verá pelo Espírito coisas em que você precisa melhorar, e Ele continuará a inspirá-lo a se arrepender e fazer escolhas melhores.

A confissão ao Senhor (e a outras pessoas que tenham prejudicado ou ofendido se necessário) faz parte de nossa preparação.

Pergunte a si mesmo: “Há algo que preciso mudar que ainda não mudei? Há alguma coisa da qual ainda preciso me arrepender?” Resolver problemas por meio do arrependimento sincero pode nos qualificar para tomar o sacramento dignamente.

### **Estou disposto a tomar sobre mim o nome de Jesus Cristo?**

Cada convênio que fazemos significa um compromisso de tomar o nome de Cristo mais plenamente sobre nós. Quando somos batizados, mostramos nosso desejo de tomar sobre nós o nome de Jesus Cristo e guardar Seus mandamentos. Quando fazemos convênios adicionais no templo ou aceitamos chamados, tomamos ainda mais sobre nós a causa de Cristo e Seus ensinamentos. Mostrar nossa disposição de tomar

Uma maneira de preparar seu coração e espírito para tomar o sacramento é realizar uma pequena entrevista consigo mesmo a cada semana. (...) Descobri que isso me ajuda a me preparar para receber as promessas renovadoras disponíveis por meio do sacramento.

sobre nós Seu nome — como parte do sacramento todas as semanas — significa nos comprometer novamente com todos os convênios e compromissos que assumimos anteriormente com Ele.

Ao avaliar minha preparação para tomar o sacramento, faço a mim mesmo perguntas como: “Estou fazendo o melhor que posso para ser um exemplo de Cristo e de Seus ensinamentos? Estou

cumprindo *todas* as promessas que fiz em relação aos meus convênios? Estou tão comprometido hoje com Cristo e com os convênios que fiz com Ele quanto no primeiro dia em que os fiz?”

### **Tenho o firme propósito de servir a Ele até o fim?**

Quando fizemos nossos convênios batismais, prometemos ao Senhor que nos esforçaríamos para guardar Seus mandamentos. Os dois maiores mandamentos são amar ao Senhor e amar ao próximo (ver Mateus 22:36–40). Demonstramos nosso amor a Deus e ao próximo servindo a ambos.

Eu me pergunto: “Reservo tempo para servir? Sou relutante ou fico feliz em servir? Estou tentando magnificar meu chamado?” Servir ao próximo é uma maneira maravilhosa de nos prepararmos para tomar o sacramento. Na verdade, geralmente é mais para servir ao próximo que precisamos da orientação do Espírito.

### **CONFIAR NAS PROMESSAS DO SENHOR**

Ao nos prepararmos intencionalmente a cada semana para tomar o sacramento dignamente, estaremos qualificados para ter sempre o Espírito conosco a fim de influenciar e guiar nossa vida. Essa é uma promessa do Senhor. 🏰

*“Como homens e mulheres que cumprem os convênios, precisamos edificar e ajudar uns aos outros para ser o povo que o Senhor deseja que nos tornemos.”*

Irmã Linda K. Burton, ex-presidente geral da Sociedade de Socorro, “Conferência Geral de Abril de 2015”, *A Liahona*, maio de 2015, p. 30.

## UM MURO A ESCALAR

**VINTE MOÇAS ESTAVAM** ao meu lado, olhando para uma parede de madeira de 5 metros de altura. Nosso desafio era ajudar todas as moças a chegar ao topo. Para muitas meninas, aquele era o primeiro acampamento das Moças. As meninas mais velhas e eu éramos líderes jovens, mas nunca havíamos participado de uma atividade como aquela. Todas nós estávamos animadas ouvindo as regras.

Cada jovem tinha que passar por cima da parede. Cada moça que conseguia podia subir em uma plataforma e ajudar a puxar as outras. No entanto, se tocasse o chão, ela não teria mais permissão para ajudar a erguer as meninas restantes.

Tivemos dificuldades no começo, mas logo conseguimos trabalhar juntas e começar a erguer as meninas. Algumas ficaram com medo de ser erguidas tão alto apesar das proteções de segurança. Outras estavam nervosas e usavam as próprias forças para chegar ao topo. Isso exigia que todas nós aumentássemos nossa confiança e apoio umas às outras. No final, concluímos o desafio com sucesso.

Depois que as últimas moças desceram, nós nos reunimos para debater as muitas lições da atividade da parede.

Todos nós enfrentamos desafios que parecem impossíveis de superar. No entanto, não estamos sozinhos. As pessoas estão ao nosso redor para ajudar a nos erguer e nos dar apoio. O Pai Celestial e Jesus Cristo estão prontos para nos ajudar quando nos voltamos para Eles.

*Megan B., Ohio, EUA*







## CONFIAR NO TEMPO DE DEUS

**QUANDO MINHA TIA** se divorciou, apenas seu filho mais velho havia sido batizado. Para manter um relacionamento pacífico com o pai biológico das crianças, ela queria obter a permissão dele para que os outros filhos fossem batizados. Infelizmente, ele não deu permissão por muitos anos.

Por fim, minha tia decidiu que queria que seus filhos fossem batizados apesar de o pai deles não aprovar. Contudo, depois que minha tia e meus primos jejuaram e oraram sobre a decisão, todos tiveram a impressão de que deveriam continuar esperando.

Naquela mesma semana, o pai biológico de meus primos disse a minha tia que queria que os filhos se encontrassem com os missionários e fossem batizados. Ainda me lembro da alegria que senti quando minha mãe me contou a notícia. Eu sabia que o Pai Celestial havia abençoado meus primos depois de esperarem pacientemente por muitos anos.

Nem sempre sabemos quando o Senhor vai responder às nossas orações, mas sei que Ele sempre o fará. Não sei por que o Pai Celestial queria que meus primos esperassem para ser batizados, mas sei que Ele os abençoou por causa de sua fidelidade.

**Bre J., Flórida, EUA**

## “PROMETI QUE VIRIA”

**SEMPRE QUIS COMPARTILHAR** o evangelho com outras pessoas, mas por muitos anos não tive sucesso. Até que fiz amizade com um menino chamado Tiago. Morávamos perto um do outro e voltávamos para casa juntos depois da escola todos os dias.

Um dia, pegamos um caminho diferente para casa e passamos pela capela que eu frequentava. Disse a ele que já era membro da Igreja há muito tempo. Conte-i a ele em que acreditávamos e o quanto minha família havia sido abençoada por isso. Convidei Tiago para ir à igreja naquele domingo e ele disse que viria.

O domingo chegou e esperei ansiosamente por ele na igreja, mas ele não apareceu. No final daquela semana, convidei-o de novo. Isso se repetiu por dois ou três meses, mas ele sempre tinha uma desculpa para não ir. Porém, não parei de convidá-lo.

Certa manhã de domingo, eu estava na reunião sacramental e vi Tiago parado ali. Fiquei surpresa ao vê-lo, mas ele veio, sentou-se ao meu lado e disse: “Prometi que viria!”

Eu o apresentei aos missionários e eles começaram a ensiná-lo. Pouco depois, ele foi batizado. Agora, ambos estamos nos preparando para servir missão. Sou muito grata por não ter desistido dele!

**Meiry R., Brasil**

# Revelação contínua

**Élder Quentin L. Cook**

Do Quórum dos Doze Apóstolos

*Extraído de um discurso da Conferência Geral de Abril de 2020.*

**O PROFETA JOSEPH SMITH** recebeu revelação após revelação. Muitas revelações recebidas pelo profeta Joseph Smith foram preservadas para nós em Doutrina e Convênios.

Além disso, somos abençoados com revelação contínua aos profetas vivos que são “agentes **comissionados** do Senhor, autorizados a falar por Ele”.<sup>1</sup>

A revelação pessoal está à disposição de todos os que humildemente buscam a orientação do Senhor. Ela é tão importante quanto a revelação profética.

A revelação pessoal se baseia em verdades espirituais recebidas do Espírito Santo. O Espírito Santo é o **revelador e testificador** de toda a verdade, especialmente sobre o Salvador. Sem o Espírito Santo, não poderíamos saber de fato que Jesus é o Cristo. Sua função **principal** é prestar testemunho do Pai e do Filho, e de Seus títulos e Sua glória.

Asseguro-lhes que cada um de nós pode receber orientação por meio de revelação ao trabalharmos humildemente na vinha do Senhor.

Minha humilde súplica hoje é que cada um de nós busque revelação contínua para guiar nossa vida e que sigamos o Espírito ao adorarmos a Deus, o Pai, no nome de nosso Salvador, Jesus Cristo.

**COMISSIONADO:**  
Escolhido, designado e que recebeu autoridade

**PRINCIPAL:** Mais importante; influencia as coisas que acontecerão posteriormente

## NOTA

1. Hugh B. Brown, “Joseph Smith among the Prophets”, Sixteenth Annual Joseph Smith Memorial Sermon, Logan Institute of Religion, 7 de dezembro de 1958, p. 7.

**▶ COMO VOCÊ RECEBE REVELAÇÃO?**

**REVELADOR E TESTIFICADOR:**  
Alguém que ajuda você a saber e entender a verdade





# Emma Smith

1804–1879

Trabalhou como professora.

Primeira presidente da Sociedade de Socorro.

Compilou o primeiro hinário da Igreja.

Desde a infância, Emma sempre teve um profundo senso de devoção a Deus. Ela se dedicava a servir ao próximo, e o Senhor a chamou de “uma mulher eleita” (Doutrina e Convênios 25:3).

# Como você está?

O mundo viu muitos desafios no ano passado. Durante tempos difíceis, o que ajuda você a permanecer forte e feliz?

**Queremos saber!**



Envie sua resposta para o e-mail [ftsoy@ChurchofJesusChrist.org](mailto:ftsoy@ChurchofJesusChrist.org).

