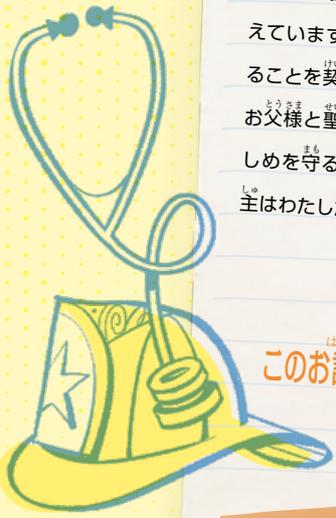




### 聖約の決意

オークス管長は、契約とは、何かを達成する決意のことだと教えています。例えば、医師や消防士は、地域社会の人々に仕えることを契約します。バプテスマを受けるときのように、天のお父様と聖約を交わすとき、わたしたちは主に仕え、主のいましめを守ることを約束します。わたしたちが聖約を守るとき、主はわたしたちを祝福してくださいます。

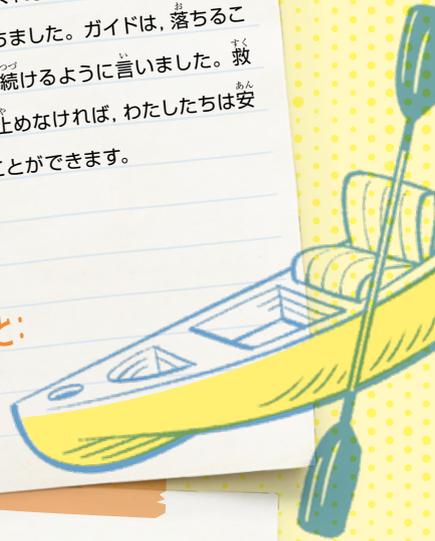
このお話から学んだこと:



### こぎ続けてください

レンランド長老は、カヤック旅行で家族よりずっと先に行ってしまったときのことを話してくれました。こぎ手を止めること、波がおしよせて水の中に落ちました。ガイドは、落ちることなく前に進むためには、こぎ続けるように言いました。救い主に向かって「こぎ」ことを止めなければ、わたしたちは安全で安心なじゃようたいでいることができます。

このお話から学んだこと:



### あかしを得る

ペイス会長は、11才のときにお母さんから、福音が真実であることを自分で知っているかどうか尋ねられたことを話しました。ペイス会長はモルモン書を読んで、それを知るためにいのことにしました。すると、せいいからのなぐさめと平安を感じました。このことが、ペイス会長が自分自身のあかしをえる助けとなりました。

このお話から学んだこと:



### 5つの石

スバナウス姉妹は、ダビデとゴリアテの話をしました。ダビデがゴリアテと戦うために5つの石を持っていたように、人生の試練に立ち向かうのを助けてくれる5つの「石」があります。それは、神への愛、イエス・キリストを信じる信仰、自分が神の子供であることを知ること、日々のくい改め、神の力にあずかることです。

このお話から学んだこと:

