

SETEMBRO DE 2024

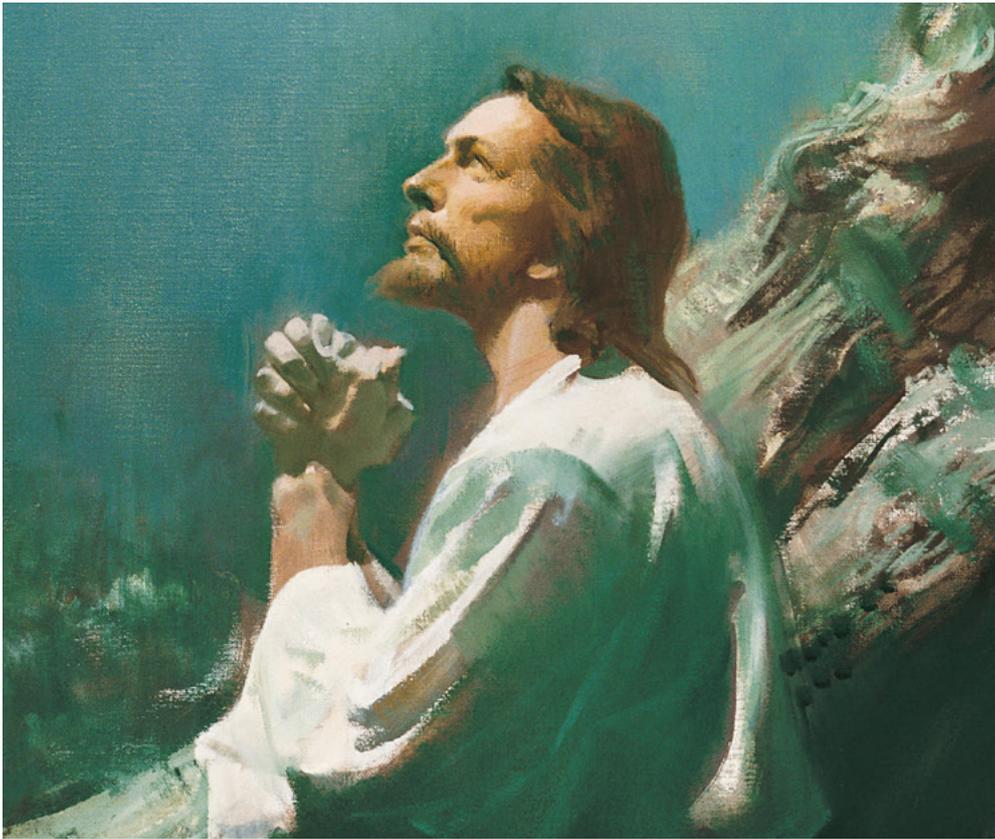
Meu Amigo

Juntos seguindo a Jesus



Posso
ME ARREPENDER!

Ver páginas 2-3



Querido amigo,

Somente Jesus Cristo era perfeito. Graças a Sua Expição, todos podemos nos arrepender quando fazemos escolhas erradas. O arrependimento é uma dádiva incrível! Significa que podemos orar pedindo perdão e fazer o que é certo. O Salvador nos ajudará a tentar novamente e a fazer melhor.

Leia a mensagem do presidente Oaks na página 2 para saber mais. O que Rafaela, na página 14, fez para se arrepender quando pegou algo que não pertencia a ela?

Estamos torcendo por você!

Meu Amigo



Procure este ícone para encontrar artigos que acompanham as leituras do *Vem, e Segue-Me* deste mês.

Primeira Presidência: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

Quórum dos Doze Apóstolos: 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, Patrick Kearon

Editor: Randall K. Bennett

Editor assistente: Matthew L. Carpenter

Consultores: Tracy Y. Browning, Michael T. Ringwood

Diretor administrativo: Jason J. Mitchell

Diretor das revistas da Igreja: Adam Olson

Diretor da equipe de publicações: Lee Gibbons

Gerente da equipe de publicações:

Daniel Melazzo

Gerente comercial: Garff Cannon

Gerente editorial: Cynthia Herron Glad

Gerente editorial assistente: Lori Fuller Sosa

Gerente editorial digital assistente: Charlotte

Larccabal Speakman

Editora de texto: Maryssa Dennis

Editores: Noelle Lambert Barrus, Lucy Stevenson

Ewell, Bradley Salmond III, MaryEllen J. Van

Engelenhoven

Assistente administrativo: Carrie Lauder Kasten

Estagiária editorial: Abby Larkins

Estagiária digital: Karly Lay

Diretora de arte: K. Nicole Walkenhorst

Diagramação: José Chavez, Thomas S.

Child, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Nick Serr,

Marrissa M. Smith, Josh Talbot

Coordenadora de propriedade intelectual:

Priscilla Biehl Motta

Gerente de produção de linguagem:

Ammon Harris

Produção de linguagem: Baylie Escamilla,

Evany Pace, Derek Washburn

Diretor de impressão: Steven T. Lewis

Diretor de distribuição: Nelson Gonzalez

Diretor geral: Alex Dantas

Produção gráfica: Leni Jardim

Editora-chefe: Patricia Corrêa

Responsável pela tradução: Karla Saiki

Distribuição: Marco Aurelyo Garcia

© 2024 Intellectual Reserve, Inc. Todos

os direitos reservados. *Meu Amigo* (ISSN 0009-4102) é uma publicação mensal de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, Utah 84150-0024, United States of America. Envio de periódicos pago em Salt Lake City, Utah.

Informação de direitos autorais: A menos

que seja indicado o contrário, os materiais disponibilizados em *Meu Amigo* podem ser impressos para uso pessoal, não comercial (inclusive para os chamados em A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias). Essa permissão pode ser revogada a qualquer momento e por qualquer motivo. O material visual não poderá ser copiado se houver qualquer restrição indicada nos créditos constantes na 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.

Para fazer a assinatura ou mudar o endereço:

Accesse MagazineSubscriptions.ChurchofJesusChrist.org ou ligue para a central de ajuda pelo telefone 1-800-537-5971.

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM

707.4.12.5). **NONPOSTAL AND MILITARY**

FACILITIES: Distribution Services, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

Canada Post Information: Publication

Agreement #40017431.

Encontre-nos on-line em
friend.ChurchofJesusChrist.org



The Friend Magazine



@thefriendmag



Amigos pelo correio

Onde leio *Meu Amigo*

Emily R., de 10 anos, lê *Meu Amigo* em alemão na Baixa Áustria, Áustria.



Armadura de Deus

Vesti minha armadura de Deus das "Atividades do Vem, e Segue-Me" (outubro de 2023). Aprendi que sempre posso estar espiritualmente pronto para seguir Jesus Cristo.

Mattheus van D., de 7 anos, Holanda do Sul, Países Baixos



Eu gosto de ver o templo

Andrea Camila G., de 6 anos, visitou o Templo de Caracas Venezuela.



CONTEÚDO

Mensagens de nossos líderes 2, 16, 32

Vem, e Segue-Me 24–29

Seguindo a Jesus no Zimbábue 6–9

Para crianças maiores 35–42

Para os amiguinhos 43–49

Atividades 12, 17, 23, 33

Música 13

Encontre três anéis do CTR em chinês escondidos



DIFÍCIL: Ao lado do elefante
MAIS DIFÍCIL: Quem vai ganhar?
MUITO DIFÍCIL: Entre as flores

Primeira capa: Donald We

Compartilhe suas histórias e fotos com a revista *Meu Amigo*! Veja a última capa para saber como nos enviar sua correspondência.

ADORAMOS OUVIR NOTÍCIAS DE NOSSOS AMIGOS!



**Presidente
Dallin H. Oaks**
Primeiro conselheiro na
Primeira Presidência

O arrependimento traz alegria!

O arrependimento é uma alegria. É uma parte essencial do plano de Deus. Todos nós precisamos nos arrepender.

Para nos arrependermos, começamos com a fé em Jesus Cristo. Precisamos abandonar nossos pecados e confessá-los. Isso significa reconhecer que erramos, pedir desculpas àqueles que magoamos e optar por fazer escolhas melhores. Também precisamos tomar o sacramento todos os domingos.

Quando nos arrependemos, somos purificados. O Senhor promete que “não mais [Se lembra de nossos pecados]” (Doutrina e Convênios 58:42). Que promessa! Que milagre! Que bênção!

Nosso amoroso Salvador abre Seus braços para receber todos os que se arrependem e O seguem. ●

Adaptado de “Purificados pelo arrependimento”, Liahona, maio de 2019, p. 91.

Limpo novamente

Faça esta atividade para ajudá-lo a aprender sobre o arrependimento!

Materiais necessários:



- 1.** Encha um recipiente transparente com água. Em seguida, jogue algumas pedras e terra na água. Isso representa as escolhas erradas que fazemos.

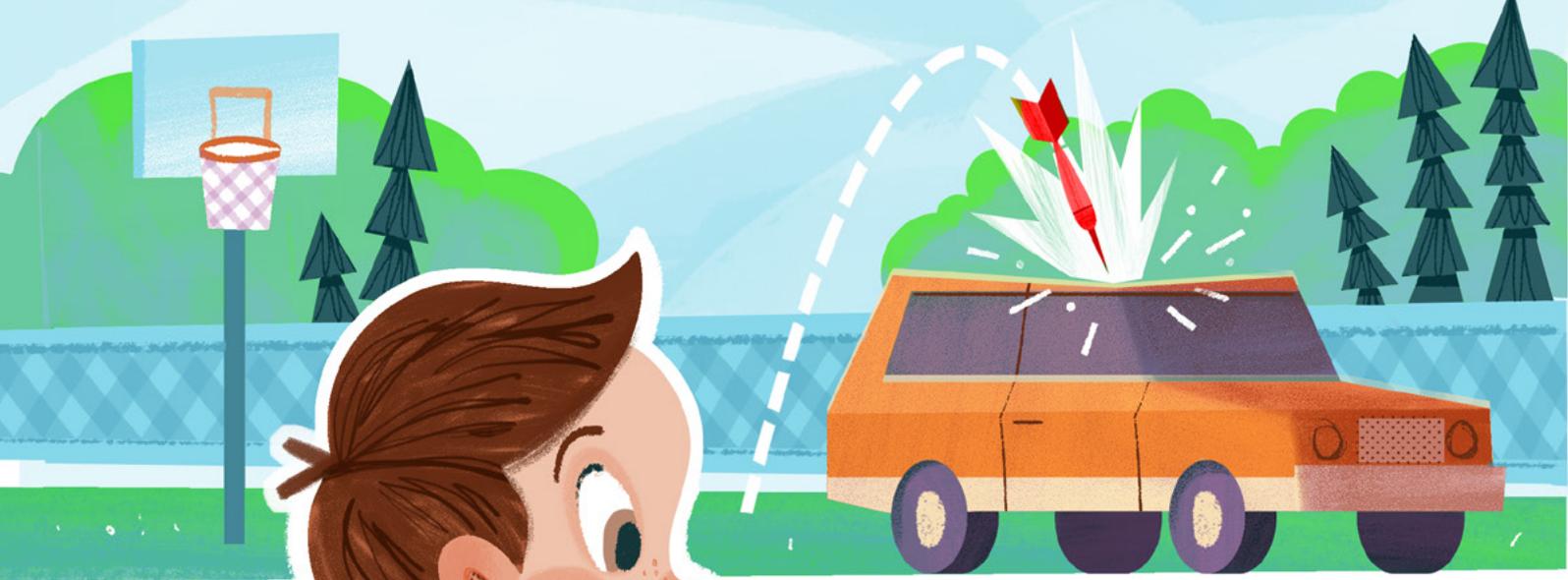


- 2.** Para nos tornarmos limpos novamente, precisamos parar de fazer o que é errado. Para representar isso, retire as pedras do recipiente. Como está a aparência da água agora? Ela ainda está suja?



- 3.** Para nos arrependermos plenamente, precisamos de Jesus Cristo. Precisamos ter fé Nele e em Sua Expição. Coloque o recipiente com água embaixo de uma torneira. Deixe a água limpa entrar no recipiente até que toda a água suja seja eliminada! Isso representa o poder que Jesus Cristo tem para nos ajudar a ficar limpos.





o *DESASTRE* do dardo

Será que Daniel era corajoso o suficiente para dizer a verdade?

Kimberly Oldroyd
(Inspirado em uma história verdadeira)

Esta história aconteceu nos EUA.

Daniel levantou a tampa da velha caixa de brinquedos do vovô e deu uma olhada no que havia dentro. Seus primos se juntaram para ver. Eles adoravam brincar juntos na casa do vovô!

Havia muitos brinquedos antigos com os quais a mãe e a tia de Daniel brincaram quando eram crianças.

“O que são esses?” Noah, primo de Daniel, apontou para seis dardos reluzentes e antigos. Eles tinham pontas afiadas e penas coloridas — algumas vermelhas e outras amarelas.

Daniel pegou um. “Minha mãe me falou sobre isso”, disse ele. “Colocamos um aro no gramado lá fora. Depois, nós nos revezamos para arremessá-los no ar e tentar fazê-los cair dentro do aro.”

“Legal”, concordou Noah. Ele já estava correndo para o quintal para preparar o jogo.



Logo Daniel e seus primos estavam lançando os dardos de metal no ar pelo quintal do vovô. Daniel gostava quando os dardos caíam com força e ficavam presos na grama.

“Aposto que posso jogar o meu mais alto do que o seu”, disse a prima de Daniel, Lily.

As crianças riram e jogaram os dardos mais alto e mais alto.

Então Daniel teve uma ideia. “Aposto que consigo arremessar o meu da entrada da garagem até o aro!”, disse ele. Correu para o outro lado da garagem e jogou o dardo com força.

O dardo voou alto para o ar, mas não caiu na grama. Em vez disso, caiu sobre o carro novo da tia Robilyn com um forte *BAQUE*.

“Ah, não!”, gritou Noah.

Daniel pegou o dardo. Havia um enorme amassado no carro onde o dardo havia caído.

As crianças olhavam umas para as outras apavoradas. Depois, sem dizer nada, deixaram os dardos no gramado e correram para dentro.

No final da tarde, todos foram para os carros a fim de voltar para casa. A tia de Daniel notou o amassado no carro. “O que aconteceu?”, perguntou ela.

Daniel sentia um peso no estômago. Mas não disse nada. Ele simplesmente entrou no carro e acenou para os primos.

Na volta para casa, Daniel ficou sentado em silêncio no banco de trás. Ele tentou ler seu livro. Mas ele não conseguia se concentrar. Ele se sentia mal com o que tinha acontecido. Ele sabia que ser honesto era a coisa certa a fazer. Mas dizer a verdade seria horrível! Seus pais ficariam muito zangados com ele. E a tia dele também.

Depois, Daniel pensou em seu herói favorito das escrituras. Daniel, no Velho Testamento, foi jogado na cova dos leões por escolher o certo. Ele foi corajoso. Talvez Daniel também pudesse ser corajoso.

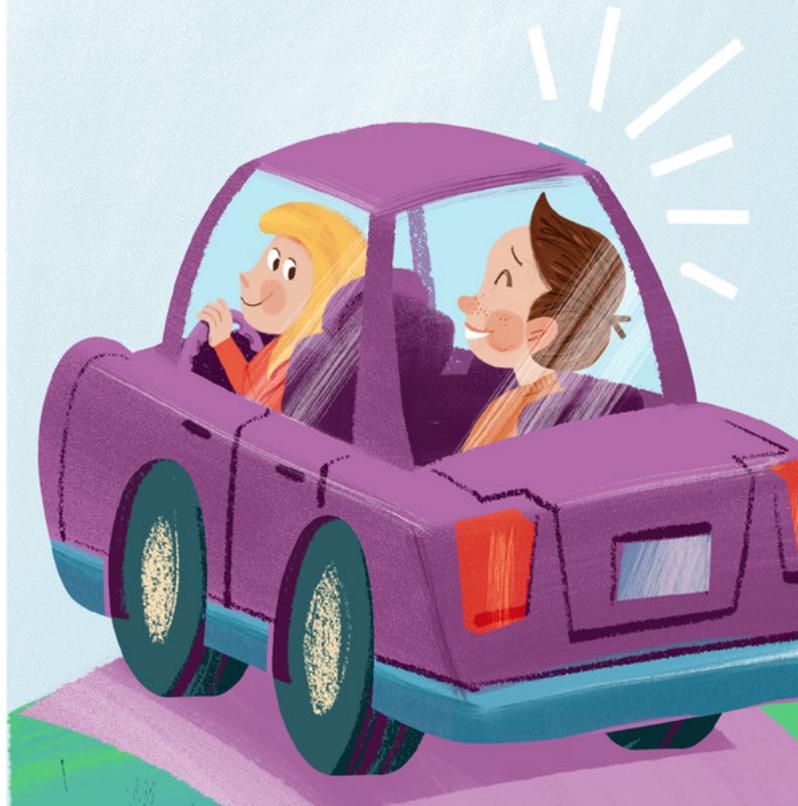
“Mãe?”, disse Daniel. “Joguei um dardo de jardim, ele bateu no carro da tia Robilyn e fez o amassado. A culpa foi minha.”

A mãe olhou para ele no espelho retrovisor. Ela não estava tão brava quanto Daniel achava que ficaria. “Obrigada por me dizer a verdade”, disse ela.

Daniel respirou fundo. “Posso ligar para a tia Robilyn quando chegarmos em casa?”, perguntou ele. “Quero pedir desculpas. E vou trabalhar duro para ganhar o dinheiro para pagar o conserto do carro dela.”

A mãe sorriu. “Ótima ideia!”

O sentimento ruim em seu estômago desapareceu, e Daniel sentiu paz. Ele tinha sido corajoso o suficiente para dizer a verdade. Graças a Jesus Cristo, ele podia se arrepender e fazer as coisas certas. ●



Como Daniel se sentiu quando contou a verdade e se arrependeu?

CONHEÇA SARIAH!

Seguindo a Jesus no

Zimbábue

Mhoroi!



Como Sariah segue a Jesus

Sariah tem alguns problemas de saúde. Ela toma remédios para ajudá-la. Ela é grata por sua vida. “O Salvador me ajuda, então não preciso me preocupar”, diz ela.

“Quando minha mãe está cansada, precisa de alguém para brincar com minha irmãzinha”, diz Sariah. Ela ajuda cantando para a irmãzinha, carregando-a no colo e brincando com ela.

Sariah é a primeira a perceber quando sua mãe está triste e sempre lhe dá um grande abraço. “Ajudar as pessoas me deixa feliz”, diz ela. “Especialmente ajudar minha família.” ●



Você também pode seguir a Jesus!



O que você já fez para seguir Jesus? Escreva e conte para nós! Siga as instruções na última capa.



Sobre Sariah

IDADE: 7 anos

DE: Maxonalândia Oriental, Zimbábue

IDIOMAS: Inglês, shona

METAS: 1) Ser dançarina.
2) Ser médica.

PASSATEMPO: Brincar com os amigos

FAMÍLIA: Sariah, mãe, pai, irmão mais velho, irmã mais velha, irmã mais nova

As coisas favoritas de Sariah

HISTÓRIA DO LIVRO DE MÓRMON: Jesus Cristo abençoa as crianças (ver 3 Néfi 17)

FERIADO: Páscoa

FRUTAS: Maças e uvas

COR: Vermelho

HINO DA PRIMÁRIA:
“The Sixth Article of Faith”
(*Children’s Songbook*, p. 126)

Saudações do **ZIMBÁBUE!**

O Zimbábue fica no sul da África. Mais de 16,5 milhões de pessoas moram lá.

UMA CACHOEIRA MARAVILHOSA

Victoria Falls, no Zimbábue, é a maior cachoeira do mundo. O barulho pode ser ouvido a mais de 40 quilômetros de distância!



UMA VISITA DO PROFETA

Em abril de 2018, o presidente e a irmã Nelson visitaram o Zimbábue. Centenas de crianças cantaram "Sou um filho de Deus" para eles.



Livukile!

Isso significa "bom dia" em ndebele.

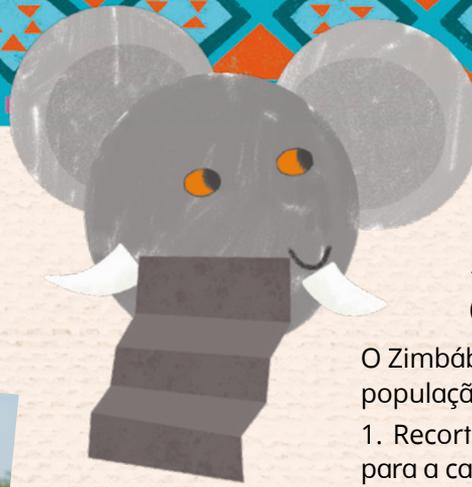


ATIVIDADE

Artesanato de elefante

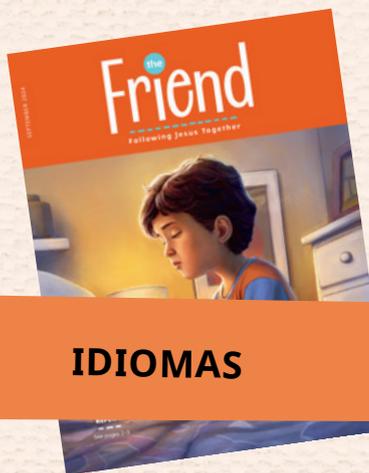
O Zimbábue tem a segunda maior população de elefantes no mundo!

1. Recorte um grande círculo de papel para a cabeça e dois círculos menores para as orelhas. Depois cole as orelhas na cabeça.
2. Recorte um retângulo de papel longo para fazer a tromba. Dobre-o para frente e para trás de modo a formar um zigue-zague.
3. Corte duas presas de elefante.
4. Agora, desenhe os olhos e um sorriso para seu elefante. Depois cole as presas e a tromba!



ANIMAIS INCRÍVEIS

Há muitas terras de pastagem no Zimbábue. Alguns dos animais que vivem lá são leões, hipopótamos, girafas, antílopes e elefantes.



ILUSTRAÇÕES: KATIE REWISE

IDIOMAS

O Zimbábue tem 16 idiomas oficiais. Dentre eles, há o shona, ndebele e o inglês — só para citar alguns!

RECEITA



Muriwo unedovi (verduras com manteiga de amendoim)

Muriwo unedovi é um prato tradicional no Zimbábue. Aqui está a receita para você experimentar!

1. Corte **1 cebola** em cubos e refogue em uma panela com **óleo** por 3 a 5 minutos. Corte **2 tomates** em cubos e adicione à panela. Refogue por mais 3 a 5 minutos.
2. Pique **10 xícaras (2400 ml) de espinafre** (ou uma folha verde de sua preferência) e adicione à panela. Deixe as verduras murcharem por 5 minutos.
3. Adicione **2 colheres de sopa (30 ml) de manteiga de amendoim**, **1/4 de xícara (59 ml) de água** e **1/2 colher de chá (2,4 ml) de alho em pó**. Misture bem e acrescente **sal** a gosto.

Não se esqueça de pedir ajuda a um adulto!

O dia entediante de Patrik

Os irmãos mais velhos de Patrik sempre estavam muito ocupados para ele.



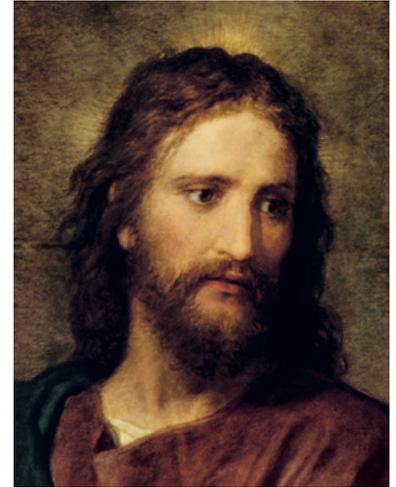
Rebekah Jakeman

(Inspirado em uma história verdadeira)

Esta história aconteceu nos EUA.

Patrik ficou olhando para o teto enquanto estava deitado em sua cama. Ele estava entediado. Já havia lido seus livros sobre animais, pulado no trampolim e andado de bicicleta pela vizinhança. O que poderia fazer agora?

Patrik se levantou e foi até o quarto de seu irmão mais velho, Daniel. "Você pode brincar comigo?", perguntou Patrik.



“Desculpe, não posso. Tenho que estudar”, disse Daniel. Ele nem sequer levantou os olhos do livro que estava lendo.

Patrik se sentiu muito triste. Daniel estava *sempre* estudando. Ele não poderia fazer uma pausa?

Fazer o quê? Daniel estava ocupado, mas Patrik poderia perguntar a seu outro irmão, Simion. “Estou entediado. Você pode brincar comigo?”, perguntou Patrik.

“Não, hoje não. Vou sair com amigos.” Simion colocou seu casaco e saiu pela porta da frente.

Patrik ficou muito bravo! O coração dele bateu mais rápido. Seus irmãos mais velhos estavam *sempre* ocupados demais para ele. Ele correu para seu quarto e bateu a porta.

“Não é justo!”, pensou Patrik.

Ele bateu o pé e se jogou na cama. Seu peito estava apertado. Ele estava muito entediado! Mas estava muito irritado para pensar em algo para fazer.

Depois, lembrou-se de algo que tinha aprendido na escola. Sua professora havia ensinado a ele e aos colegas que respirar profundamente poderia ajudá-los a se sentirem calmos.

“É difícil consertar qualquer coisa quando você se sente com raiva”, disse ela. Talvez, se estivesse mais calmo, Patrik pudesse pensar em uma maneira de resolver seu problema de tédio.

Então Patrik respirou fundo. Depois, respirou de novo. Após algumas repetições, seu peito não parecia mais tão apertado. Mas ele ainda não sabia o que fazer.

Ele se sentou e olhou para o quadro de Jesus Cristo em sua parede. O que Ele gostaria que Patrik fizesse?

Patrik se ajoelhou. “Pai Celestial, por favor, ajude Daniel em seus estudos”, disse ele. “Ajude Simion a

se divertir com seus amigos. E, por favor, ajude-me a não ficar tão entediado.”

Quando terminou sua oração, Patrik teve uma ideia. Correu até o quarto de Daniel.

“Daniel, quando terminar, podemos brincar juntos?”

Daniel olhou do seu livro para o relógio na parede. “Posso fazer uma pausa em cerca de 30 minutos. Então poderemos ir lá fora. Você quer fazer isso?”

“Sim!”, Patrik sorriu e voltou para seu quarto. Ele encontrou um livro de animais sobre tigres que gostava de ver. Depois de ler por um tempo, brincou com blocos. Logo o tempo passou, e ele e Daniel foram para o bosque perto da casa deles.

“Quer brincar de guerreiros no espaço ou exploradores na selva?” Daniel perguntou.

“Tanto faz. Fico feliz por podermos passar um tempo juntos. É muito melhor do que ficar entediado”, disse Patrik.

Daniel sorriu. “Bem, brincar com você é muito mais divertido do que estudar para uma prova.”

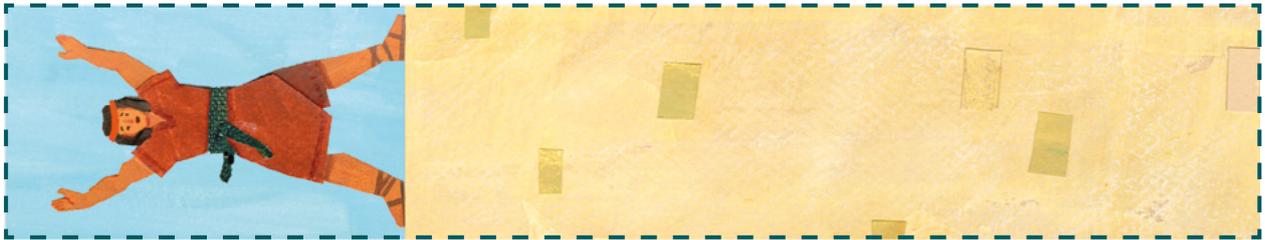
Patrik se sentiu feliz quando ele e Daniel se arrastaram pela grama. Acalmar-se o ajudou a pensar mais claramente para que pudesse resolver seu problema. E o Pai Celestial o havia ajudado a ser mais semelhante a Jesus Cristo. No fim das contas, estava sendo um bom dia. ●



Samuel na muralha

Samuel, o profeta, subiu em uma muralha para ensinar o povo a respeito de Jesus Cristo (ver Helamã 13–16). Faça esta atividade para ajudar você a se lembrar da história de Samuel. Como você pode compartilhar sobre Jesus Cristo com outras pessoas?

1. Recorte a tira e a figura. Em seguida, corte cuidadosamente as linhas pontilhadas na muralha para fazer dois cortes.
2. Deslize a longa tira pelos cortes. Agora você pode fazer Samuel subir e descer a muralha enquanto conta a história da página 24!





EU SEI TOCAR

Se eu escutar com o coração

(Simplificado)

Suave ♩ = 96-112

Letra e música: Sally DeFord

G C D G Em D

1. Eu qui - se - ra ter si - do_u - ma cri - an - ça no tem - po de Je - sus; Eu
 fe - ta vi - vo fa - la a nós o que Cris - to_o ins - pi - rar E
 San - to_Es - pí - ri - to a ver - da - de_e o bem me en - si - nar; Na

G C D G Em Am B

an - da - ri - a ao la - do Seu e O ou - vi - ri - a fa - lar, Mas, ao
 que, se es - ti - ves - se a - qui, E - le mes - mo_j - ri - a_a - fir - mar; Seu
 a - fli - ção, tra - zer con - for - to_e de Je - sus tes - ti - fi - car, Su - a

Em B7 G Cm

ler as es - cri - tu - ras, Su - as pa - la - vras dão - me paz, E,
 ser - vo_en - si - na a vi - ver em re - ti - dão e_em paz,
 man - sa voz, sim, em mi - nha_al - ma cau - sa_as - som - bro_e paz,

G Em Am D 1, 2. G Am D7 G Am D7

se_eu es - cu - tar com o co - ra - ção, eu ou - ço_o Sal - va - dor. 2. Um pro
 3. Sin - to_o

3. G Am7 D G D G

ou - ço_o Sal - va - dor.



Lápis achados e perdidos

Abby Larkins
(Inspirado em uma história verídica)



Naquele dia
mais tarde...

Esses lápis de cor são
muito bonitos! Nunca
os vi antes.

Bem... Encontrei-os
no corredor
da escola.

Como você se sentiria
se fossem seus lápis
e os perdesse?

Triste.

A pessoa a quem eles
pertencem provavelmente está
procurando por eles. Como você
pode ajudar a devolvê-los?

Talvez eu possa colocá-los
na área de achados e perdidos
da escola!

No dia seguinte...

Encontrei seu
estojo de lápis
e o coloquei nos
achados e perdidos.
Espero que você
o recupere. São
lápis muito legais!

Rafaela

Espero que o dono dos
lápis os encontre!

“Quando decidimos nos arrepender, decidimos nos tornar mais como Jesus Cristo!”

Presidente Russell M. Nelson, “Podemos agir melhor e ser melhores”, *Liahona*, maio de 2019, p. 67.

Esta história aconteceu no Brasil.



Élder Gary E. Stevenson
Do Quórum dos
Doze Apóstolos

Como posso melhorar?

Dê ouvidos ao Espírito
Santo.

Seja paciente e continue
tentando.

Busque a ajuda do Salvador
e siga Suas orientações.

Lembre-se de que você
não está sozinho. Você
tem o Salvador do mundo
ao seu lado!

*Adaptado de "Seus quatro minutos", A Liahona,
maio de 2014, p. 85.*



Você sabia?

O élder Stevenson gostava de esquiar, praticar snowboard
e de pescar com seus filhos quando eram pequenos.



O PROJETO DE CIÊNCIAS

Bradley Salmond III

(Inspirado em uma história verdadeira)

Esta história aconteceu nos EUA.

Bradley jogou outro copo de areia em seu balde. Ele ia precisar de muita areia!

A feira de ciências de sua escola estava próxima. Bradley estava fazendo uma maquete que mostrava como os tsunamis funcionavam. Ele tinha aprendido que um tsunami é uma grande onda de água causada por um terremoto no oceano. Ele queria que seu projeto fosse perfeito. Talvez ele ganhasse um prêmio!

Quando seu balde estava cheio, Bradley juntou alguns gravetos. Em seguida, ele encontrou uma caixa de plástico e algumas casinhas de brinquedo no porão.

Bradley derramou a areia na caixa para formar a terra. Ele colocou cuidadosamente as casas e as árvores. Em seguida, veio a parte emocionante — a água! Assim que a derramou, ele conseguiu empurrar um pedaço de papelão pela água para criar a onda.

Mas então ele cometeu um grande erro. Ele derramou muita água! As casas estavam inundadas — e ele ainda não tinha feito a onda. A areia molhada fez uma bagunça grudenta e suja.

Bradley chamou sua mãe na cozinha. “O que devo fazer? Coloquei muita água.”

“Tudo bem. Você pode começar de novo”, disse a mãe. “Vamos fazer isso juntos e medir um pouco de cada vez.”

“Tudo bem.” Bradley baixou a cabeça e saiu para buscar mais areia.

Dessa vez, mediram cuidadosamente a quantidade certa de água e a derramaram. Bradley moveu o papelão e viu as ondas baterem contra a areia. Funcionou!

Em seguida, Bradley e sua mãe trabalharam em seu cartaz. Ele começou a escrever alguns fatos curiosos sobre tsunamis. Mas as palavras não se encaixavam na página.

“Não quero escrever tudo de novo!” Bradley disse. Sua cabeça começou a doer.

“Não precisamos reescrever tudo isso”, disse a mãe. “Podemos apenas reformulá-lo para que caiba na página.”

Bradley resmungou. Seu cartaz não se parecia nem um pouco com o que ele queria. “Não quero fazer isso. Ficará ruim se as palavras não se encaixarem perfeitamente.”





“O Pai Celestial quer que continuemos tentando.”

“Aprender pode ser difícil.” A mãe lhe deu um abraço. “Às vezes cometemos erros. Mas o mais importante é não desistirmos. O Pai Celestial quer que continuemos tentando. Então, vamos fazer uma pausa e terminar de manhã.”

Na manhã seguinte, terminaram o cartaz. Não ficou perfeito, mas Bradley se sentiu um pouco melhor.

Finalmente havia chegado o dia da feira de ciências. A mãe deixou Bradley na escola. “Lembre-se”, disse ela, “você trabalhou duro em seu projeto e aprendeu muito. E é isso o que importa”.

Bradley levou seu projeto para o ginásio. Estava cheio de projetos e cartazes. Todos os alunos da quarta série estavam sentados e aguardando sua vez de mostrar seu projeto.

Logo foi a vez de Bradley. Seu coração batia rápido enquanto caminhava para a frente. E se tudo desse errado?

Bradley empurrou o papelão pela água e mostrou aos juízes como as ondas se chocavam contra a terra.

“O que causa aquelas grandes ondas no oceano?”, perguntou um dos juízes.

“As grandes ondas são causadas por...” A mente de Bradley ficou em branco. “Não me lembro. Mas posso contar alguns fatos divertidos sobre tsunamis.” Ele leu os fatos em seu cartaz.

Depois da escola, Bradley entrou no carro com seu projeto.

“Como foi?”, perguntou a mãe.

“Não exatamente do jeito que eu queria.” Bradley sorriu. “Mas fiz o melhor que pude e continuei tentando.” ●



“Nosso destino não é determinado pelo número de vezes que caímos, mas pelo número de vezes que nos levantamos, sacudimos a poeira e seguimos em frente.”

Élder Dieter F. Uchtdorf, do Quórum dos Doze Apóstolos, “Você pode fazer isso agora!”, *A Liahona*, novembro de 2013, p. 56.



Juntos seguindo a Jesus



Unique S., 10 anos, Região de Davao, Filipinas



Fiquei nervosa ao ir para a Primária depois que minha família se mudou para um novo país. Orei para que me sentisse bem-vinda. Aprendemos no estudo das escrituras em família como Jesus amava e servia a todos. Pouco a pouco, estou decidindo me tornar mais semelhante a Jesus e sou grata por meus novos amigos na Primária.

Jenika K., 10 anos, Maxonalândia, Zimbábue



Georgia B., 8 anos, Kansas, EUA



Minha mãe colocou hinos para eu ouvir. Isso me fez sentir bem, e senti que Jesus estava perto de mim.

Laura O., 6 anos, Santa Catarina, Brasil



Clayton, Camilla, Camden e Clara U., 4, 10, 8 e 6 anos, Dakota do Sul, EUA



Varro o chão e arrumo a mesa antes das refeições para ajudar minha mãe. Ajudo meus colegas de classe com a lição de casa e ajudo meus professores a mudar os livros de lugar na escola.

Kayser I., 7 anos, Macau, China



Brinco com meus irmãos mais novos e os ajudo a se vestir enquanto minha mãe se prepara para a igreja. Sinto o amor do Senhor por mim ao ajudar minha família.

**Spencer F., 8 anos,
Carolina do Sul, EUA**



Ellery S., 11 anos, Texas, EUA



**"Amar, compartilhar, convidar",
Will P., 10 anos, Idaho, EUA**



**Trevor B., 8 anos, Província
de Okinawa, Japão**

**Envie seus desenhos e suas
histórias para nós!**
Siga as instruções na última capa.

O que significa “coligar Israel”?

Coligar Israel significa ajudar as pessoas a fazer e cumprir convênios, ou promessas, com o Pai Celestial. Dentro do templo, podemos fazer isso sendo batizados por aqueles que morreram. Os profetas prometeram que, ao ajudarmos a coligar Israel, sentiremos o amor de Jesus Cristo por nós.

- Este será o primeiro templo no Zimbábue.
- O élder Edward Dube, que é do Zimbábue, fez uma oração na abertura de terra. Ele orou para que o templo ajudasse a voltar o coração das pessoas para Jesus Cristo.



Harare Zimbábue

- Este templo tem paredes de tijolos com 60 centímetros de espessura.
- Quando foi concluído em 1985, era o menor templo.
- Quase 90 mil pessoas compareceram à visita pública de duas semanas.



Freiberg Alemanha



Recorte os cartões, dobre-os na linha pontilhada e cole o verso.
Encontre mais cartões do templo em friend.ChurchofJesusChrist.org.



Uma nova estrela

As pessoas do Livro de Mórmon viram a estrela que mostrava que Jesus Cristo havia nascido em um lugar distante! Você consegue encontrar os objetos escondidos?



ILUSTRAÇÃO SUZY GERHART

Os sinais da vinda de Cristo

O PROFETA SAMUEL ensinou sobre a vinda de Jesus Cristo.



Ele ensinou que, quando Jesus viesse, haveria uma **NOVA ESTRELA NO CÉU**. Haveria um dia, uma noite e um dia **SEM ESCURIDÃO!**



Quando o Salvador voltar, queremos **ESTAR PRONTOS** também!



Ele ensinou as pessoas a **OBSERVAR ESSES SINAIS** para que pudessem se arrepender. Ele queria que elas estivessem preparadas para a vinda do Salvador. ●



Desafio das escrituras

Onde Néfi orou pelo povo? (Helamã 7:10)

Benditos são aqueles que fazem o quê? (Helamã 12:23)

O Senhor prometeu reunir Seu povo como qual animal reúne seus pintinhos? (3 Néfi 10:4)

Posso ler o Livro de Mórmon!

Depois de ler, pinte parte da gravura. Você pode ler as passagens que acompanham a leitura semanal do *Vem, e Segue-Me*.

Semana 1: Helamã 5:12

Semana 2: Helamã 10:2-4

Semana 3: Helamã 14:8

Semana 4: 3 Néfi 4:31-32

Semana 5: 3 Néfi 11:10-11



Faça uma estrela para lembrá-lo da nova estrela que apareceu quando Jesus veio. Você pode desenhá-la ou fazê-la com objetos que encontrar. Envie o que você fez para nós! Veja a última capa para saber como fazer.

Néfi ora pelo povo

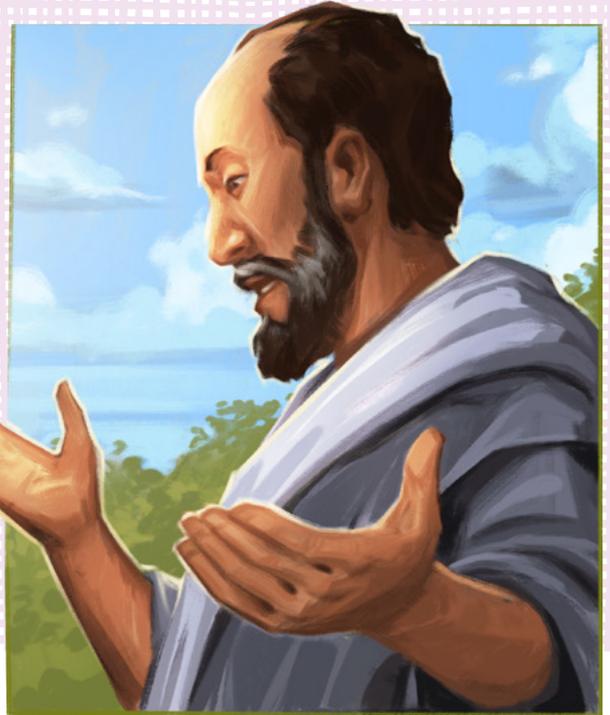
*Você pode ler esta história
em Helamã 7:10-17 e 8:7-10.*



Néfi foi um profeta. Ele recebeu esse nome em homenagem a Néfi, que recebeu as placas de latão. Ele estava preocupado com as pessoas. Elas haviam parado de seguir a Deus.



Néfi foi até seu jardim. Ele subiu em uma torre no jardim e ali orou a Deus. Ele orou pelo povo.



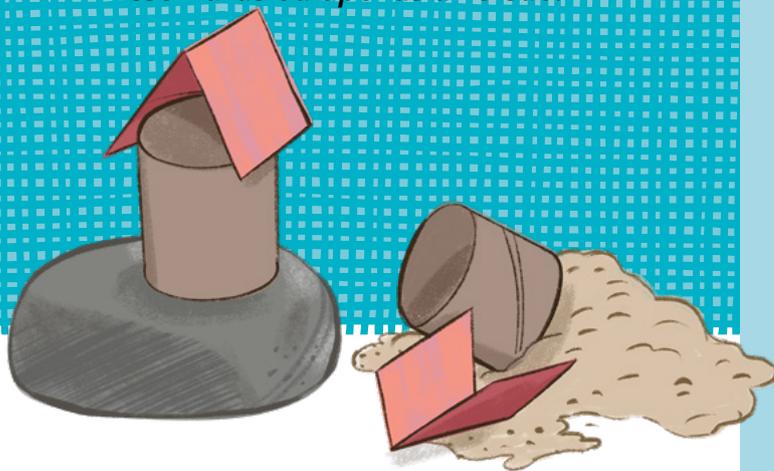
Algumas pessoas notaram Néfi na torre. Pararam para ouvir e reuniram outras pessoas para ouvir também. Quando Néfi terminou de orar, percebeu que elas estavam observando e começou a ensiná-las.



Néfi pediu ao povo que se arrependessem. Alguns deles não gostaram do que Néfi ensinou. Mas muitos outros ouviram! Eles decidiram se arrepender e mudaram seu modo de viver. ●

Atividades do Vem, e Segue-Me

Para a noite no lar, o estudo das escrituras ou apenas diversão!



26 de agosto a 1º de setembro

Alicerces fortes

HELAMÃ 1-6

Helamã ensinou seus filhos a edificar a vida sobre o firme alicerce de Jesus Cristo (ver Helamã 5:12). Um alicerce é a base sobre a qual algo se edifica. Um alicerce forte torna todo o edifício forte mesmo durante as tempestades. Construa duas torres — uma sobre um alicerce forte e outra em um alicerce fraco. Qual torre é mais estável? Como podemos edificar nossa vida em Jesus Cristo?

Para crianças menores: Ajude seus filhos pequenos a encontrar algo que eles acham que é muito forte. O que eles encontraram? Ensine que podemos ser fortes com Jesus Cristo.



2 a 8 de setembro

Testemunho de Cristo

HELAMÃ 7-12

Muitas pessoas nas escrituras ensinaram e testemunharam de Jesus Cristo (ver Helamã 8:16-20). Você pode começar a edificar seu testemunho Dele também! Um testemunho é algo que você acredita ou sabe ser verdade sobre o Pai Celestial e Jesus Cristo. Escreva seu testemunho e pratique compartilhá-lo com sua família ou seus amigos.

Para crianças menores: Pergunte a seus filhos pequenos o que eles amam em Jesus Cristo. Depois, compartilhe seu testemunho do Salvador com eles.

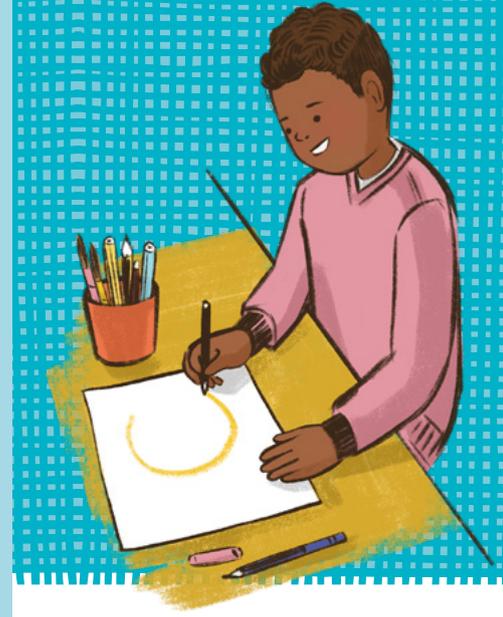


16 a 22 de setembro

Jogo de coligação

3 NÉFI 1-7

Jesus Cristo prometeu que reuniria todos os Seus filhos porque ama a todos e quer que eles tenham o evangelho (ver 3 Néfi 5:24). Faça um jogo sobre coligação. Peça aos jogadores que fiquem de pé num círculo. Uma pessoa no centro diz um fato sobre si mesma, como sua cor favorita. Se esse fato for verdadeiro para qualquer outra pessoa, ela também virá para o centro. Continue até que todos estejam reunidos no centro.



9 a 15 de setembro

Samuel sobe na muralha

HELAMÃ 13-16

Samuel foi um profeta que ensinou sobre Jesus Cristo no alto de uma muralha da cidade (ver Helamã 13:4). Vá para a página 12 e faça o artesanato para ajudá-lo a contar a história de Samuel.

Para crianças menores: Segure seus filhos pequenos enquanto eles se levantam em uma cadeira e compartilham o que sabem sobre Jesus Cristo, como Samuel fez.

Para crianças menores:

Brinque de esconde-esconde com seus filhos pequenos. Dê a eles um grande abraço quando os encontrar. Fale sobre como Jesus Cristo promete que nos reunirá, não importa onde estejamos.

23 a 29 de setembro

Jesus é a luz

3 NÉFI 8-11

Jesus Cristo é “a luz e a vida do mundo” (3 Néfi 9:18). Assista a um nascer ou pôr do sol com sua família. Em seguida, faça um desenho do que você viu. Enquanto desenha, converse sobre as razões pelas quais você ama Jesus Cristo e como Ele nos traz luz.

Para crianças menores:

Vá para fora e olhe para diferentes luzes, como o Sol, as estrelas ou a Lua. Pergunte a seus filhos pequenos como a luz os faz sentir. Fale sobre como Jesus Cristo é nossa luz.



Torcendo pelas duas equipes

Ashley Stark

(Inspirado em uma história verdadeira)

Esta história aconteceu na Coreia do Sul.

Jayne deu uma última garfada em seu macarrão. “Hummm.” Delicioso!

“Vamos jogar Yut Nori!”, disse o tio Ji-Ho.

Era aquela época do ano novamente! Sua família estava celebrando o *Chuseok*, feriado de ação de graças coreano. Hoje a família de Jayne se reuniu para comer bastante e jogar Yut Nori. Yut Nori era o jogo favorito de Jayne.

Todos se sentaram em círculo no chão. Jayne olhou em volta. Em qual equipe ela queria estar? Ela se aproximou para se sentar ao lado do tio Ji-Ho. “Quero fazer parte da sua equipe!”, disse ela. “Vamos ser os grandes vencedores!”

O tio Ji-Ho riu. “Com você em nossa equipe, com certeza temos uma boa chance!”

A mãe de Jayne colocou o tabuleiro no meio do círculo. Jayne a ajudou a arrumar as peças. Elas passaram as quatro varetas para a equipe que iria primeiro.

A prima de Jayne, Ana, fez a primeira jogada. Ela jogou as varetas no ar. A maneira como as varetas caíam mostrava quantos espaços a equipe poderia avançar no tabuleiro de jogo. Todas as quatro varetas estavam viradas para baixo, o que significa que Ana tinha recebido um Yut! Ela conseguiu mover a peça de sua equipe quatro espaços para frente e ganhou uma jogada extra.

Mas Ana não estava no time de Jayne.

Jayne cruzou os braços e franziu a testa.

“Eu esperava que ela não conseguisse uma

*Jayne franziu a testa.
Ela não queria que a
outra equipe ganhasse!*



boa jogada”, sussurrou para o tio Ji-Ho.

“Ânimo!”, disse o tio Ji-Ho. “O jogo acabou de começar.” Ele lhe deu um sorriso encorajador.

Depois da segunda jogada de Ana, a equipe de Jayne jogou as varetas. Mas eles não chegaram a mover suas peças tanto quanto a equipe de Ana.

Em cada rodada, os membros da família de Jayne aplaudiam e riam. Jayne observou as peças do jogo se moverem pelo tabuleiro. Todos estavam se divertindo.

Todos menos Jayne. Sua equipe ainda estava perdendo.

Finalmente chegou a vez de Jayne. Ela jogou as varetas no ar, mas apenas uma caiu virada para baixo. A peça de sua equipe avançou apenas um espaço.



Jayne cruzou os braços. “Eu desisto!”, gritou ela. “Eu queria que ganhássemos.”

De repente, todos ficaram quietos. Quando ela olhou para cima, sua família estava olhando para ela. Eles pareciam surpresos por ela estar tão zangada.

O rosto de Jayne estava queimando de raiva. Ela se sentiu mal por não estar feliz por sua família. Ela geralmente não ficava tão brava. Ela se levantou para sair do círculo.

O tio Ji-Ho estendeu a mão. “Você não precisa sair!”, disse ele. “Ganhar não é tudo. Apenas tente se divertir!”

“Tudo bem.” Jayne se sentou novamente. Ela queria se divertir como todos os outros. Ela respirou fundo e observou seu primo Ben jogar as varetas.

“Boa jogada, Ben!”, disse o tio Ji-Ho. Ele parecia feliz.

Jayne olhou para o tio Ji-Ho com os olhos bem abertos. Ele estava torcendo pelo outro time! Talvez fosse por isso que ele estava se divertindo tanto.

Quando a próxima rodada começou, Jayne decidiu torcer por todos em *ambas* as equipes. O tio Ji-Ho estava certo. Ganhar não era tudo. Jesus poderia ajudá-la a ser feliz por seus familiares mesmo que ela perdesse.

Quando chegou a vez de Ana novamente, Jayne sorriu para ela. “Boa sorte! Você consegue.”

Do outro lado do círculo, Ana sorriu de volta. Jayne sentiu um calorzinho no peito. Ela já estava se divertindo mais! ●

“Muito na vida depende de nossa atitude. O modo pelo qual decidimos encarar as coisas e agir com as pessoas faz toda a diferença.”

Presidente Thomas S. Monson (1927–2018), “Vida em abundância”, *A Liahona*, janeiro de 2012, p. 4.



Élder Kevin W.
Pearson
Dos setenta

Quem você realmente é



Nosso Pai Celestial nos ama. Ele quer nos ajudar a saber quem somos. Ele criou nosso espírito antes de irmos para esta Terra. Somos todos filhos e filhas de Deus.

Às vezes, podemos nos sentir solitários ou preocupados por nunca sermos bons o suficiente. Jesus Cristo sabe exatamente como nos sentimos. Ele vai nos ajudar a vencer qualquer desafio. As coisas difíceis que enfrentamos nesta vida podem nos ajudar a nos tornar mais semelhantes a Jesus Cristo se nos voltarmos para Ele.

O evangelho ajuda a nos vermos como o Pai Celestial nos vê. Por meio de nossa fé em Jesus Cristo, nossas provações podem se transformar em bênçãos. Saber quem você é e como Deus vê você vai abençoar qualquer pessoa em qualquer idade!

Ao compreendermos quem somos como filhos e filhas de Deus, seremos capazes de nos concentrar em quem o Pai Celestial deseja que nos tornemos. Enfrentaremos nossos desafios *com* Ele. Apesar de sermos imperfeitos e cometermos erros, podemos encontrar esperança em saber que somos filhos e filhas de Deus. ●

Extraído de uma entrevista com Olivia Kitterman e Diana Evelyn Nielson.

Encontrar os favoritos

Todos somos diferentes. Cada um de nós tem diferentes talentos, gostos e coisas de que não gostamos. Mas todos somos filhos e filhas de Deus! Use as pistas para preencher a tabela e descobrir no que cada um desses amigos tem interesse. Dica: Coloque um X no que você sabe que *não* é verdade. O primeiro já está pronto. Quando terminar, cada coluna deve ter um quadrado vazio!

1. O pianista não é Amara nem Jade.
2. Max não gosta de matemática.
3. Nenhum dos meninos toca um instrumento ou faz karatê.
4. A menina que gosta de animais não é Amara.
5. Kai é o único que gosta de basquete.



Dança



Basquete



Karatê



Matemática



Animais



Piano



Eva



Kai



Aarão



Jade



Max



Amara

					X
					X

MARGO e PAOLO



A mentira da limonada



Para crianças maiores

Dê uma olhada:

A caixa de preocupações	36
Corrente de leitura das escrituras	38
Em que você tem pensado?.....	39
Uma conversa com Teâncum	40
Flores para minha vizinha.....	42

Teste rápido

De quem Mórmon
é descendente?

- A. Labão
- B. Zorã
- C. Leí



© .mspsaay

Palavras inspiradoras

"Sempre
que lemos
e estudamos
o Livro de
Mórmon,
podemos esperar
resultados
extraordinários."

Élder Gary E. Stevenson, do Quórum
dos Doze Apóstolos, "A maior
história de Páscoa já contada",
Liahona, maio de 2023, p. 8.

A caixa de preocupações

Olivia Kitterman

(Inspirado em uma história verdadeira)

Esta história aconteceu nos EUA.

Olivia saiu apressada da sala antes do final da aula. Ela tentou não olhar ninguém nos olhos.

Hoje era o primeiro dia de terapia da Olivia. Sua mãe explicou que Olivia se encontraria com um médico que poderia ajudá-la com suas preocupações. Olivia se sentia muito preocupada. Às vezes, ela se sentia tão preocupada que era difícil dormir ou se divertir com seus amigos.

Olivia entrou no carro com a mãe e se recostou no banco.

“Você está bem?”, sua mãe perguntou.

Olivia não respondeu por um momento. “Por que preciso ir ao médico?”

A mãe começou a dirigir. “O Pai Celestial nos dá médicos para nos ajudar. Assim

como Ele nos dá outras coisas para nos ajudar, como os amigos e as escrituras. Você se lembra da corrente de escrituras que fizemos?”

Olivia concordou com a cabeça. Sua mãe a ajudou a encontrar versículos das escrituras que a auxiliavam com suas preocupações. A cada versículo, a mãe escrevia onde encontrar o próximo. Quando Olivia estava preocupada à noite, ela orava e encontrava um dos versículos das escrituras.

Depois, lia os outros versículos da corrente até conseguir dormir.

Quando Olivia e sua mãe entraram no consultório médico, a doutora Posy se apresentou. Ela perguntou a Olivia sobre seus sentimentos. Olivia falou um pouco sobre suas preocupações.



Olivia pensava muito sobre suas preocupações.



“Muitas pessoas têm algo chamado ansiedade”, disse a doutora. “Elas ficam muito preocupadas, assim como você. Mas você pode fazer algumas coisas para ajudá-la a se sentir menos preocupada. Você pode tentar fazer uma delas comigo?”

Olivia olhou para os sapatos e concordou com a cabeça.

A doutora Posy entregou uma pequena caixa para Olivia. “Esta é uma caixa de preocupações. Ela mantém nossas preocupações seguras, por isso não temos que pensar nelas.”

Olivia virou a caixa com as mãos. Não parecia ser nada de especial.

“Da próxima vez que sentir medo, escreva sua preocupação em uma folha de papel e coloque-a na caixa”, disse a doutora. “Depois, escolha um horário para abrir a caixa todos os dias durante o tempo de preocupação. Se você se preocupa com alguma coisa antes do tempo de preocupação, diga: ‘Não preciso pensar nisso agora.’”

“Está bem”, Olivia disse. A doutora Posy a ajudou a escrever suas maiores preocupações, e Olivia as colocou dentro da caixa.

Mais tarde naquele dia, uma das preocupações de Olivia lhe veio à mente. “Está na caixa de preocupações”, disse a si mesma. “Posso me preocupar com isso mais tarde.” Ela tentou parar de pensar no assunto e foi brincar com seu irmão.

Quando era hora de dormir, Olivia ficou nervosa. Suas preocupações ficavam piores à noite. Ela colocou sua caixa de preocupações e as escrituras ao lado da cama e chamou a mãe.

“E se não funcionar?”, perguntou ela.

A mãe lhe deu um abraço. “Então, vamos continuar tentando. O Pai Celestial vai auxiliar você a encontrar outras maneiras que podem ajudar.”

Olivia concordou com a cabeça. “Talvez eu deva escrever isso e colocar na caixa de preocupações também.”

“Boa ideia”, respondeu a mãe. Ela fez uma oração com Olivia. Isso fez com que Olivia se sentisse muito melhor.

Pouco tempo depois de a mãe apagar as luzes, uma preocupação surgiu na cabeça de Olivia. Ela ligou o abajur. Anotou a preocupação e colocou-a na caixa para mais tarde. Ela fez outra oração para pedir ao Pai Celestial que a consolasse.

Depois, ela abriu as escrituras e procurou um versículo destacado em sua corrente de escrituras. A primeira que encontrou foi Isaías 41:10. “Não temas, porque eu estou contigo.”

Ao lado do versículo, a mãe havia escrito “Doutrina e Convênios 6:36”. Olivia procurou essa escritura e a leu em voz alta. “Buscai-me em cada pensamento; não duvideis, não temais.”

Olivia se sentiu em paz. Ela sabia que provavelmente pensaria em mais preocupações. Mas o Pai Celestial lhe dera muitas coisas para ajudá-la a se sentir melhor. Ele respondeu às orações dela. Isso ajudou muito! ●



Vire a página para fazer uma corrente de escrituras, como a que Olivia fez!



PARA BRINCAR

Corrente de leitura das ESCRITURAS

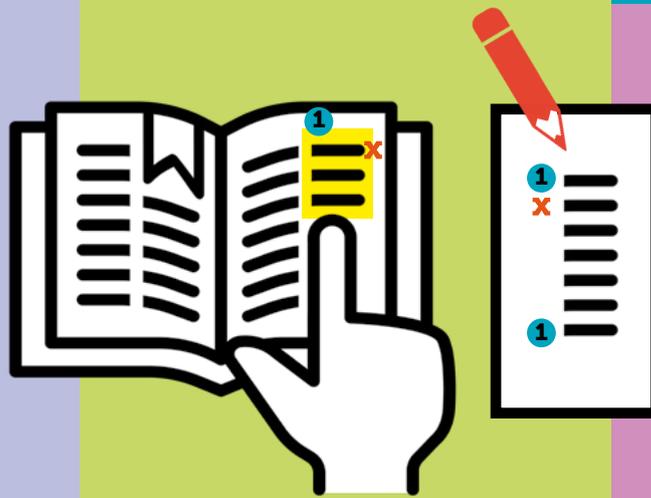
As escrituras podem nos ajudar a sentir o consolo e o amor de nosso Pai Celestial. Você pode fazer uma corrente de escrituras para ler quando se sentir preocupado ou triste.

As formas lilás têm alguns versículos das escrituras que você pode usar. Você também pode adicionar seus favoritos.

Peça ajuda a seus pais ou a uma líder da Primária!

Provérbios 3:5:

“Confia no Senhor de todo o teu coração”.



Provérbios 3:24:

“Quando te deitares, não temerás, mas te deitarás e o teu sono será suave”.

João 14:27:

“Deixo-vos a paz, a minha paz vos dou; não vô-la dou como o mundo a dá. Não se turbe o vosso coração, nem se atemorize”.

1. Faça uma lista de seus versículos favoritos das escrituras.
2. Em suas escrituras, encontre o primeiro versículo de sua lista. Use um lápis colorido para destacar cuidadosamente o versículo.
3. Ao lado dele, escreva a referência das escrituras (ou o número da página, se for mais fácil para você) para o versículo seguinte da lista. Depois, vá para esse versículo e destaque-o também.
4. Continue destacando os versículos e anotando a referência da próxima escritura. Ao destacar a última escritura de sua lista, escreva a referência da primeira escritura que você destacou.

D&C 121:7:

“Meu filho, paz seja com tua alma; tua adversidade e tuas aflições não durarão mais que um momento”.

Doutrina e Convênios 68:6:

“Portanto, tende bom ânimo e não temais, porque eu, o Senhor, estou convosco e ficarei ao vosso lado”.

D&C 45:62:

“Pois em verdade vos digo que grandes coisas vos esperam”.

Não gosto de tentar fazer coisas novas porque sempre erro. O que devo fazer?

— Perfeito, Cidade do Panamá

Caro Perfeito,

Talvez você pense que, se não fizer as coisas perfeitamente, será um fracasso. Mas isso não é verdade! Na realidade, os erros podem ajudá-lo a aprender e melhorar.

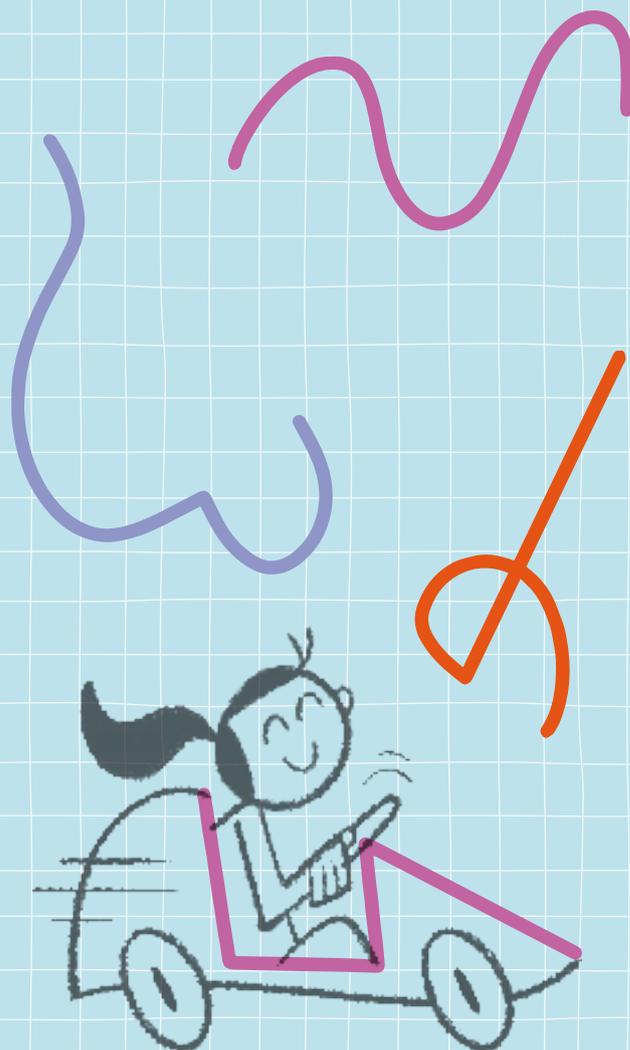
O Pai Celestial nos ajuda a aprender pouco a pouco (ver Doutrina e Convênios 98:12). Em vez de se concentrar em ser perfeito, tente se concentrar em crescer e, aos poucos, tornar-se mais semelhante a Ele. Procure as coisas que você faz bem. Trabalhe para transformar os pensamentos negativos sobre você em pensamentos positivos. O mais importante é que, quando você comete um erro — ou até mesmo 20 erros — respire fundo, faça uma oração e continue!

Com amor,

Meu Amigo

Transforme estes rabiscos em arte!

Alguém começou a fazer estes desenhos, mas desistiu quando achou que não eram bons o suficiente. Use sua criatividade para terminar cada desenho. Vamos ver o que pode acontecer quando continuamos!



Uma conversa com Teâncum sobre as escrituras



Teâncum é de Fiji. Fizemos a ele algumas perguntas sobre como ele aprende com o Livro de Mórmon.

Fale-nos sobre você.

Tenho 9 anos de idade e sou o caçula de seis filhos. Minha cor favorita é vermelho e minha comida favorita é frango com curry e arroz. Adoro jogar rugby! Algo único em mim é meu nome. Meu primeiro nome vem de um guerreiro do Livro de Mórmon, meu segundo nome vem de meu tio nigeriano e meu sobrenome é fijiano.



O que o ajuda a aprender com as escrituras?

Gosto muito de ler as escrituras com minha família. Estudamos juntos as lições do *Vem, e Segue-Me*. Gosto de aprender novas histórias a cada semana. Falamos sobre o que aprendemos e compartilhamos nosso testemunho uns com os outros. Quando leio as escrituras, também gosto de me imaginar nas histórias.





Como as escrituras ajudam você?

As escrituras me lembram de ser valente e corajoso e de orar por consolo. Quando me sinto assustado ou solitário, sei que o Espírito Santo sempre me consolará.

Qual é sua história favorita do Livro de Mórmon?

Minha história favorita do Livro de Mórmon é a história de Teâncum porque ele foi um grande líder e guerreiro. Ele lutou por sua família, seus amigos e pela Igreja. Sei que posso ser como ele também e sempre defender o que mais amo.



Que conselho você daria a alguém que tem dificuldade para entender as escrituras?

Se alguém estiver com dificuldades para aprender com as escrituras, pode pedir ajuda à sua mãe, ao seu pai ou até mesmo aos seus irmãos. Minha família realmente me ajuda. Você também pode perguntar a um professor ou uma líder da Primária na igreja! ●





Flores para minha vizinha



Peter E., 10 anos, Utah, EUA

Há alguns anos, o marido da minha vizinha morreu. Ela ficou muito triste.

Eu sabia como era perder alguém que você ama. Quando eu tinha 3 anos de idade, minha mãe morreu. Depois que ela morreu, as crianças da minha vizinhança escreveram bilhetes para meu irmão e para mim e decoraram nosso quintal com brinquedos. Eu queria fazer algo igualmente bom para minha vizinha.

Orei para saber o que poderia fazer para ajudar. Veio-me à mente a ideia de lhe dar flores no Dia dos Namorados. No entanto, eu precisava ganhar o dinheiro para comprar as flores. Estabeleci

como meta em meu *Guia para Crianças* ganhar o dinheiro.

Ganhei o dinheiro fazendo trabalhos diferentes para outras pessoas. Minha avó me pagou para limpar seu jardim e as folhas de seu quintal. Em casa, ganhava dinheiro limpando o mato atrás de nosso pequeno galpão. Levou meses de trabalho árduo para ganhar dinheiro suficiente.

Por fim, eu tinha dinheiro suficiente para ir a uma loja e comprar as flores. Chegou o Dia dos Namorados, e dei as flores com um bilhete a minha vizinha. Ela ficou muito feliz. Eu me senti muito feliz também. Agradei ao Pai Celestial por me ajudar a fazer o que Ele queria que eu fizesse. ●

Para os amigui- nhos



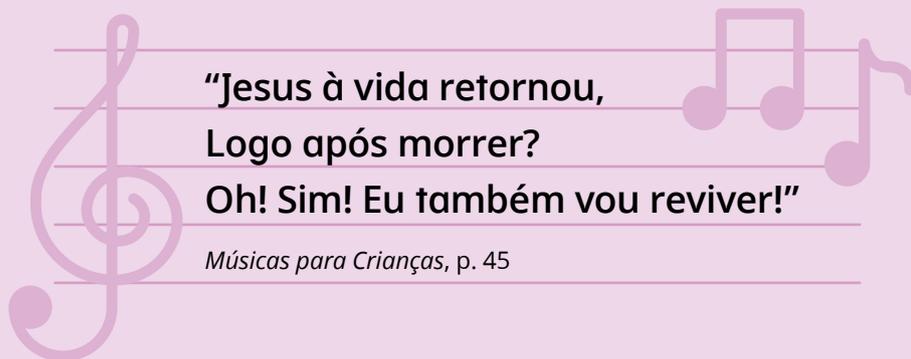
Oro pelas pessoas
que estão doentes.

**Charlotte P., 4 anos,
Macau, China**



Sigo a Jesus ao compartilhar
brinquedos.

**Boyd L., 3 anos,
Sorsogon, Filipinas**



"Jesus à vida retornou,
Logo após morrer?

Oh! Sim! Eu também vou reviver!"

Músicas para Crianças, p. 45

Posso seguir a Jesus sendo honesto



Jesus quer que sejamos honestos.



Posso seguir a Jesus ao seguir as regras.



Não vou pegar coisas que não são minhas.



Posso dizer a verdade.

Hora da atividade

Esses amigos estão jogando.

Você consegue encontrar os corações escondidos?



O que são os templos?

O templo é a casa de Deus. Cada templo é um lugar especial onde adoramos o Pai Celestial e Jesus Cristo.



Lá dentro, as pessoas oram e fazem convênios, ou promessas sagradas, com o Pai Celestial. Ajudamos os que já faleceram, dando a eles a oportunidade de receber essas mesmas bênçãos.



Os templos também são lugares onde as famílias podem ser seladas para sempre.

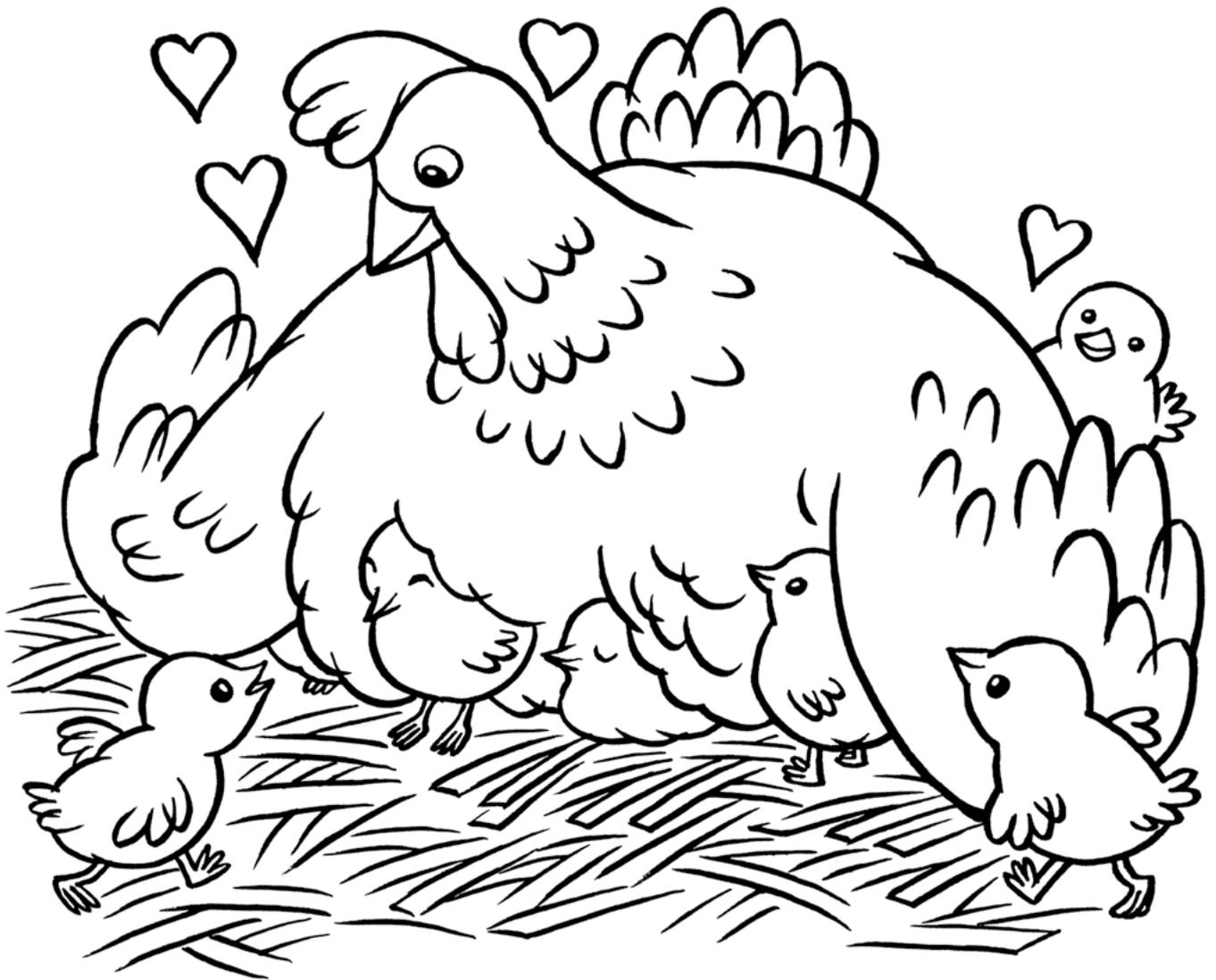


Quando você for mais velho(a), também vai poder ir!



Podemos sentir o amor de Deus dentro do templo.

Jesus nos ajunta como uma galinha faz com seus pintinhos



Como você sente o amor de Jesus Cristo?





A IGREJA DE
JESUS CRISTO
DOS SANTOS
DOS ÚLTIMOS DIAS

Prezados pais,

Seus filhos lutam contra as preocupações? Leiam juntos “A caixa de preocupações” (página 36) e conversem sobre como Olivia conseguiu ajuda para lidar com coisas de que tinha medo. Em seguida, virem a página e façam juntos uma corrente de escrituras que trazem consolo. Ajudem seus filhos a entender que, graças à Expição de Jesus Cristo, o Salvador nos entende perfeitamente e pode nos ajudar com todos os nossos temores.

Com amor,
Meu Amigo



CRIANÇAS FELIZES E SAUDÁVEIS

Leiam “O dia entediante de Patrik” (página 10). Façam juntos uma lista de coisas que seus filhos podem fazer quando estiverem entediados.



**ENVIE UM DESENHO
OU UMA EXPERIÊNCIA
DE SEU FILHO PARA:**

- Friend Magazine
- 50 E. North Temple St., Rm. 2393
- Salt Lake City, UT, USA 84150-0024
- Ou enviem um e-mail para: friend@ChurchofJesusChrist.org

As seguintes informações e a autorização precisam ser incluídas:

Nome e sobrenome

Idade

Menino/menina

Estado/província/região, país

Dou permissão para que A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias use o desenho/experiência de meu filho, bem como sua foto, nos sites e nas plataformas de mídias sociais da Igreja, assim como em relatórios, produtos impressos, vídeos, publicações e materiais de treinamento da Igreja.

Assinatura do pai, da mãe ou do responsável legal

Data

E-mail do pai, da mãe ou do responsável legal



Autoriza *Meu Amigo* a entrar em contato com
você para a realização de uma pesquisa?

SIM

NÃO