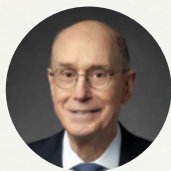


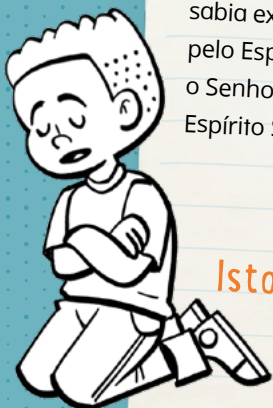
Notas da Conferência



A Ajuda do Espírito Santo

O **Presidente Eyring** disse que se sente encorajado quando lê a história de Néfi a ir buscar as placas de latão de Labão. Néfi não sabia exatamente o que fazer, mas foi guiado pelo Espírito Santo a cada momento. Quando o Senhor nos pede que façamos algo difícil, o Espírito Santo também nos ajuda.

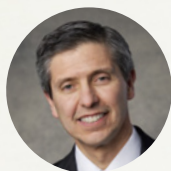
Isto ensina-me:



Lembra-te de Quem És

O **Elder Stevenson** convidou-nos a fazer uma pausa de cada vez que olharmos para nós ao espelho e dizermos: "Uau, olha para mim! Sou espetacular! Sou um filho ou filha de Deus! Ele conhece-me! Ele ama-me!" Ao fazê-lo, vai ajudar-nos a lembrar quem realmente somos e como Deus e o Espírito Santo nos podem ajudar.

Isto ensina-me:



Fé em Jesus Cristo

O **Elder Costa** partilhou a história de quando Jesus Cristo acalmou a tempestade. Todos nós temos tempestades, ou desafios, na vida que são difíceis. Mas nunca vamos ter de os enfrentar sozinhos. Ter fé em Jesus Cristo vai dar-nos o poder e a paz de que precisamos para enfrentar qualquer tempestade.

Isto ensina-me:



Trilha o Caminho com Ele

A **Presidente Freeman** contou uma história sobre quando quis percorrer um trilho especial, apesar de estar com o tornozelo lesionado. Não conseguia percorrer o trilho sozinha, por isso a guia do trilho ajudou-a. Assim como a guia da Presidente Freeman, Jesus Cristo vai ajudar-nos em qualquer desafio ao nos esforçarmos para cumprir os nossos convénios.

Isto ensina-me:

