



**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.

