

SEPTEMBRE 2024

# L'Ami

Suivre Jésus ensemble



Je peux  
**ME REPENTIR !**

Voir les pages 2 et 3





## Cher ami,

Seul Jésus-Christ était parfait. Grâce à son expiation, nous pouvons tous nous repentir lorsque nous faisons de mauvais choix. Le repentir est un don magnifique ! Cela signifie que nous pouvons prier pour obtenir le pardon et arranger les choses. Le Sauveur nous aidera à réessayer et à faire mieux.

Pour en savoir plus, lis le message de frère Oaks en page 2. Qu'a fait Rafaela, à la page 14, pour se repentir d'avoir pris quelque chose qui ne lui appartenait pas ?

Nous t'encourageons !

L'Ami



Cherche cette icône pour trouver des articles en lien avec le programme *Viens et suis-moi* de ce mois-ci.

**Première Présidence :** Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

**Collège des douze apôtres :** 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.

**Rédacteur :** Randall K. Bennett

**Rédacteur adjoint :** Matthew L. Carpenter

**Consultants :** Tracy Y. Browning, Michael T. Ringwood

**Directeur général :** Jason J. Mitchell

**Directeur des magazines de l'Église :** Adam Olson

**Responsable de l'équipe de publication :** Lee Gibbons

**Directeur de l'équipe de publication :** Daniel Melazzo

**Directeur commercial :** Garff Cannon

**Rédactrice en chef :** Cynthia Herron Glad

**Rédactrice en chef adjointe :** Lori Fuller Sosa

**Rédactrice numérique en chef adjointe :** Charlotte Larcabal Speakman

**Correctrice :** Maryssa Dennis

**Éditeurs :** Noelle Lambert Barrus, Lucy Stevenson Ewell, Bradley Salmond III, MaryEllen J. Van Engelenhoven

**Assistante administrative :** Carrie Lauder Kastan

**Stagiaire de la rédaction :** Abby Larkins

**Stagiaire numérique :** Karly Lay

**Directrice artistique :** K. Nicole Walkenhorst

**Concepteurs graphiques :** José Chavez, Thomas S. Child, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Nick Serr, Marrisra M. Smith, Josh Talbot

**Coordonnatrice de la propriété intellectuelle :** Priscilla Biehl Motta

**Directeur de la production linguistique :** Ammon Harris

**Production Linguistique :** Baylee Escamilla, Evany Pace, Derek Washburn

**Directeur de l'impression :** Steven T. Lewis

**Directeur de la distribution :** Nelson Gonzalez

© 2024 Intellectual Reserve, Inc. Tous droits réservés.

L'Ami (ISSN 0009-4102) est publié mensuellement par l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, Utah 84150-0024, États-Unis.

L'affranchissement des magazines est payé à Salt Lake City (Utah, États-Unis).

**Informations sur les droits d'auteur :** sauf mention contraire, les contenus de L'Ami peuvent être reproduits pour tout usage personnel et non commercial (y compris dans le cadre d'un appel ou d'une tâche dans l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours). Ce droit peut être révoqué à tout moment et pour n'importe quelle raison.

Les éléments visuels ne doivent pas être copiés si une restriction est indiquée dans la référence qui les accompagne. Les questions portant sur les droits d'auteur doivent être adressées à

Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 5, Salt Lake City, UT 84150, États-Unis ;

adresse électronique : [cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org](mailto:cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org).

**Pour vous abonner ou changer**

**d'adresse :** consultez [MagazineSubscriptions.ChurchofJesusChrist.org](https://MagazineSubscriptions.ChurchofJesusChrist.org) ou appelez le numéro

d'assistance au 1-800-537-5971.

**RECEVEUR DES POSTES :** envoyez tout pli non

distribuable (PND) au centre de suivi automatisé

(CFS pour les États-Unis) (voir DMM 707.4.12.5).

**INSTALLATIONS NON POSTALES ET**

**MILITAIRES :** envoyez les changements d'adresse

à : Distribution Services, P.O. Box 26368, Salt Lake

City, UT 84126-0368, États-Unis. **Renseignements**

**pour les services postaux canadiens :** Accord

de publication #40017431.





## Amis par courrier

### Où je lis *L'Ami*

**Emily R., dix ans**, lit *L'Ami* en allemand, en Basse-Autriche (Autriche).



### L'armure de Dieu

Je me suis habillé avec l'armure de Dieu d'après la rubrique « Activités du programme *Viens, suis-moi* » (octobre 2023). J'ai appris que je peux toujours être spirituellement prêt à suivre Jésus-Christ.

**Mattheus van D., sept ans**, Hollande méridionale (Pays-Bas)



### Oh, j'aime voir le temple

**Andrea Camila G., 6 ans**, est allé au temple de Caracas (Venezuela).



## SOMMAIRE

**Messages de nos dirigeants.....** p. 2, 16, 32

***Viens et suis-moi* .....** p. 24-29

**Suivre Jésus au Zimbabwe .....** p. 6-9

**Pour les enfants plus âgés .....** p. 35-42

**Pour les tout-petits .....** p. 43-49

**Activités.....** p. 12, 17, 23, 33

**Musique .....** p. 13

Trois bagues CLB en chinois sont cachées. Trouve-les.



**Difficile :** A côté de l'éléphant

**Plus difficile :** Qui va gagner ?

**Encore plus difficile :** Entre les fleurs

Première page de couverture par Donald We

Envoie tes histoires et tes photos à *L'Ami* ! Consulte la dernière page de couverture pour savoir comment faire.

NOUS AIMONS AVOIR DES NOUVELLES DE NOS AMIS !





**Par Dallin H. Oaks**  
Premier conseiller dans la  
Première Présidence

## Le repentir est source de joie !

**L**e repentir est source de joie. C'est un élément important du plan de Dieu. Nous avons tous besoin de nous repentir.

Pour se repentir, il faut commencer par avoir foi en Jésus-Christ. Nous devons abandonner nos péchés et les confesser. Cela signifie que nous devons reconnaître que nous avons mal agi, présenter nos excuses aux personnes que nous avons blessées et faire de meilleurs choix. Nous devons également prendre la Sainte-Cène chaque jour du sabbat.

Quand nous nous repentons, nous sommes purifiés. Le Seigneur promet qu'il « ne [se] souvien[dra] plus [de nos péchés] » (Doctrine et Alliances 58:42). Quelle promesse ! Quel miracle ! Quelle bénédiction !

Notre Sauveur aimant ouvre ses bras pour recevoir tous ceux qui se repentent et le suivent. ●

*Adapté de « Purifiés par le repentir », Le Liahona, mai 2019, p. 91-94.*



# Pur à nouveau

Fais cette activité pour en apprendre plus sur le repentir !

## Matériel nécessaire :



- 1.** Remplis un récipient transparent avec de l'eau. Ensuite, fais tomber des cailloux et de la terre dans l'eau. Cela représente les mauvais choix que nous faisons.



- 2.** Pour être purs à nouveau, nous devons cesser de faire ce qui est mal. Pour illustrer cela, retire les cailloux du récipient. À quoi ressemble l'eau maintenant ? Est-elle toujours sale ?



- 3.** Pour nous repentir entièrement, nous avons besoin de Jésus-Christ. Nous devons avoir foi en lui et en son expiation. Tiens le récipient sous un robinet. Fais couler de l'eau propre dans le récipient jusqu'à ce que toute l'eau sale en sorte ! Cela représente le pouvoir qu'a Jésus-Christ de nous aider à devenir purs.







# LE *DÉSASTRE* des fléchettes

*Daniel a-t-il eu le courage de dire la vérité ?*

**Par Kimberly Oldroyd**  
(D'après une histoire vraie)

*Cette histoire se passe aux États-Unis.*

**D**aniel soulève le couvercle du vieux coffre à jouets de son grand-père et jette un coup d'œil à l'intérieur. Ses cousins se rassemblent autour de lui pour voir. Ils aiment jouer ensemble dans la maison de leur grand-père !

À l'intérieur, il y a beaucoup de vieux jouets avec lesquels la mère et la tante de Daniel ont joué lorsqu'elles étaient enfants.

« Qu'est-ce que c'est ? » Noah, le cousin de Daniel, montre six fléchettes de jardin brillantes et vieillottes. Leur extrémité est pointue et elles sont ornées de drapeaux colorés, certains rouges et d'autres jaunes.

Daniel en prend une. « Ma mère m'en a parlé », dit-il. « On pose un cerceau sur la pelouse. Ensuite, à tour de rôle, on lance les fléchettes en l'air et on essaye de les faire atterrir dans le cerceau ».

« Super ! », répond Noah. Il se précipite déjà vers la cour pour préparer le jeu.





Bientôt, Daniel et ses cousins lancent les fléchettes en métal dans les airs tout autour du jardin de leur grand-père. Daniel aime lorsque les fléchettes atterrissent lourdement et se plantent dans l'herbe.

« Je parie que je peux lancer la mienne plus haut que la tienne », dit Lily, la cousine de Daniel.

Les enfants rient et lancent les fléchettes de plus en plus haut.

C'est alors que Daniel a une idée. « Je parie que je peux lancer la mienne depuis l'autre bout de l'allée et la faire atterrir dans le cerceau », dit-il. Il court jusqu'à l'autre côté de l'allée et lance la fléchette de toutes ses forces.

La fléchette vole très haut dans les airs, mais elle n'atterrit pas dans l'herbe. À la place, elle atterrit sur la voiture flambant neuve de tante Robilyn, en faisant un grand « BAM » !

« Oh non ! », s'exclame Noah.

Daniel ramasse la fléchette. Il y a une énorme bosse sur la voiture à l'endroit où elle est tombée.

Les enfants se regardent avec effroi. Puis, sans dire un mot, ils laissent les fléchettes sur la pelouse et courent à l'intérieur.

Plus tard dans l'après-midi, tout le monde se dirige vers sa voiture pour rentrer chez soi. La tante de Daniel remarque la bosse sur sa voiture « Qu'est-ce qui s'est passé ? », demande-t-elle.

Daniel ressent un poids sur l'estomac. Mais il ne dit rien. Il monte simplement dans la voiture et dit au revoir de la main à ses cousins.

Sur le chemin du retour, Daniel est assis en silence sur la banquette arrière. Il essaie de lire son livre. Mais il n'arrive pas à se concentrer. Il se sent mal à cause de ce qui s'est passé. Il sait qu'être honnête est la meilleure chose à faire, mais dire la vérité serait terrible ! Ses parents seraient très en colère. Sa tante aussi.

Daniel pense alors à son héros préféré dans les Écritures. Daniel, dans l'Ancien Testament, a été jeté dans la fosse aux lions pour avoir choisi le

bien. Il a été courageux. Peut-être qu'il pourrait être courageux lui aussi.

« Hé, Maman ? », dit Daniel. « J'ai lancé une fléchette de jardin qui a touché la voiture de tante Robilyn et a fait une bosse. C'est ma faute. »

Maman le regarde dans le rétroviseur. Elle n'est pas aussi furieuse que Daniel le pensait. « Merci de m'avoir dit la vérité. », dit-elle.

Daniel prend une grande inspiration. « Est-ce que je peux appeler tante Robilyn quand nous serons arrivés ? Je veux lui dire que je suis désolé et que je travaillerai dur pour gagner l'argent pour réparer sa voiture. »

Maman sourit. « C'est une excellente idée ! » La sensation de lourdeur dans son estomac disparaît et Daniel se sent en paix. Il a eu le courage de dire la vérité. Grâce à Jésus-Christ, on peut se repentir et arranger les choses. ●



**Comment Daniel s'est-il senti lorsqu'il a dit la vérité et s'est repenti ?**

**FAIS LA CONNAISSANCE  
DE SARIAH !**



**Suivre Jésus au**

# **Zimbabwe**



Mhoroi!



## Comment Sariah suit Jésus

Sariah a des problèmes de santé. Elle prend des médicaments pour être soulagée. Elle est reconnaissante de sa vie. « Le Sauveur m'aide, je n'ai donc pas besoin de m'inquiéter », dit-elle.

« Lorsque ma mère est fatiguée, elle a besoin de quelqu'un pour jouer avec ma petite sœur », explique Sariah. Pour aider sa mère, Sariah chante des chansons à sa petite sœur, la prend dans ses bras et joue avec elle.

Sariah est la première à remarquer quand sa mère est triste et elle lui fait toujours un gros câlin. « Quand j'aide les gens, je suis heureuse », dit-elle. « Surtout lorsque j'aide ma famille. » ●



### Toi aussi tu peux suivre Jésus !



Qu'est-ce que tu as fait pour suivre Jésus ? Envoie-nous ta réponse ! Consulte la dernière page de couverture pour savoir comment faire.



## À propos de Sariah

**ÂGE :** 7 ans

**LIEU DE RÉSIDENCE :**  
Mashonaland Est  
(Zimbabwe)

**LANGUES PARLÉES :**  
L'anglais, le shona

**BUTS ET RÊVES :**  
1) Être danseuse.  
2) Devenir médecin.

**PASSE-TEMPS :** Jouer avec ses amis

**FAMILLE :** Sariah, sa maman, son papa, son grand frère, sa grande sœur, sa petite sœur

## Ce que Sariah préfère

**HISTOIRE DU LIVRE DE MORMON :** Quand Jésus-Christ bénit les enfants Néphites (voir 3 Néphé 17)

**FÊTE :** Pâques

**FRUITS :** Pommes et raisins

**COULEUR :** Rouge

**CHANT DE LA PRIMAIRE :**  
« The Sixth Article of Faith »  
(*Children's Songbook*, p. 126)

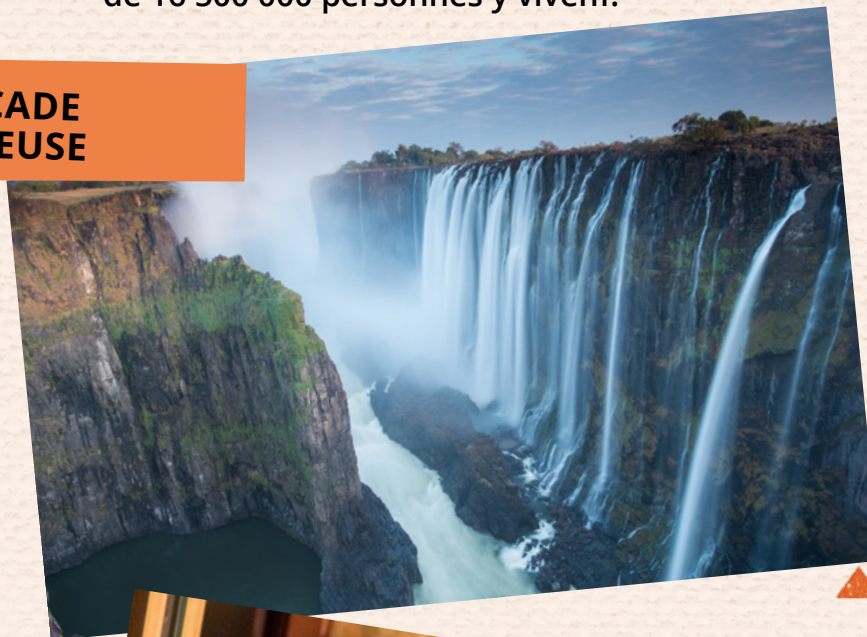


# Bonjour du **ZIMBABWE!**

Le Zimbabwe est un pays qui se trouve dans le sud de l'Afrique. Plus de 16 500 000 personnes y vivent.

## **UNE CASCADE MERVEILLEUSE**

Les chutes Victoria, au Zimbabwe, sont les plus grandes chutes d'eau du monde. On peut entendre leur bruit à plus de quarante kilomètres au loin !



## **LA VISITE DU PROPHÈTE**

En avril 2018, le président Nelson et son épouse se sont rendus au Zimbabwe. Des centaines d'enfants ont chanté « Je suis enfant de Dieu » pour eux.



Livukile !

Ça veut dire « Bonjour ! » en ndébété.



ACTIVITÉ



### Éléphant en papier

Le Zimbabwe abrite la deuxième plus grande population d'éléphants du monde !

1. Découpe un grand cercle de papier pour la tête et deux petits cercles pour les oreilles. Colle ensuite les oreilles sur la tête.
2. Découpe un long rectangle de papier pour faire la trompe. Plie-le d'avant en arrière de manière à obtenir une forme en zigzag.
3. Découpe deux défenses d'éléphant.
4. Maintenant, dessine des yeux et un sourire à ton éléphant. Colle ensuite les défenses et la trompe sur le dessus !



### DES ANIMAUX EXTRAORDINAIRES

Il y a de nombreuses prairies au Zimbabwe. Parmi les animaux qui y vivent, on trouve des lions, des hippopotames, des girafes, des antilopes et des éléphants.

ILLUSTRATIONS MARTIE REWSE



### LANGUES

Au Zimbabwe, il y a seize langues officielles. Parmi celles-ci, il y a le shona, le ndébélé et l'anglais, pour n'en citer que quelques-unes !

RECETTE



### Muriwo Unedovi (légumes verts au beurre de cacahuète)

Le Muriwo Unedovi est un plat traditionnel du Zimbabwe. Voici une recette que tu peux essayer !

1. Coupe **1 oignon** en dés et fais-le cuire dans une poêle avec de **l'huile** pendant 3 à 5 minutes. Coupe **2 tomates** en dés et ajoute-les dans la poêle. Fais cuire encore 3 à 5 minutes.
2. Hache **500 grammes d'épinards** (ou un légume à feuilles vertes de ton choix) et ajoute-le dans la poêle. Laisse les légumes verts réduire pendant 5 minutes.
3. Ajoute **2 cuillères à soupe (30 ml) de beurre de cacahuète, 1/4 de tasse (60 ml) d'eau et 1/2 cuillère à café de poudre d'ail**. Mélange bien et ajoute du **sel** selon ton goût.

Fais-toi aider d'un adulte !



# La journée ennuyeuse de Patrik

*Les frères aînés de Patrik sont toujours trop occupés pour lui.*



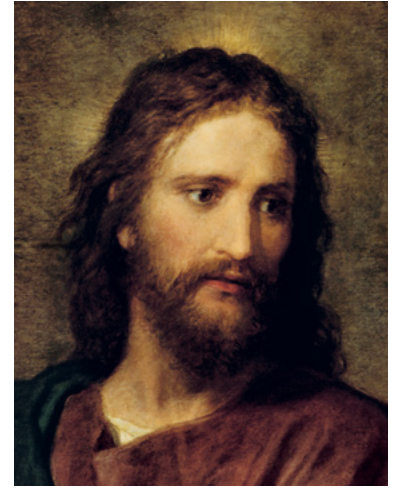
**Par Rebekah Jakeman**  
(D'après une histoire vraie)

*Cette histoire se passe en Roumanie.*

**P**atrik regarde le plafond pendant qu'il est affalé sur son lit. Il s'ennuie. Il a déjà lu ses livres sur les animaux, sauté sur le trampoline et fait du vélo dans le quartier. Que peut-il faire maintenant ?

Patrik se lève et se dirige vers la chambre de Daniel, son grand frère. « Veux-tu jouer avec moi ? », demande Patrik.





« Désolé, je ne peux pas. Je dois étudier », dit Daniel. Il n'a même pas levé les yeux de son livre.

Patrik est profondément déçu. Daniel est *toujours* en train d'étudier. Ne pourrait-il pas faire une pause ?

Tant pis ! Daniel est occupé, mais Patrik peut demander à Simion, son autre frère. « Je m'ennuie. Peux-tu jouer avec moi ? », demande Patrik.

« Non, pas aujourd'hui. Je sors avec mes amis. » Simion enfile sa veste et sort par la porte d'entrée.

Patrik est furieux ! Son cœur bat plus vite. Ses frères aînés sont *toujours* trop occupés pour lui. Il court dans sa chambre et claque la porte.

« *Ce n'est pas juste !* », se dit Patrik.

Il tape du pied et se laisse tomber sur le lit. Sa poitrine se serre. Il s'ennuie tellement ! Mais il est trop furieux pour réfléchir à ce qu'il pourrait faire.

Il se souvient alors d'une chose qu'il a apprise à l'école. Sa maîtresse lui a enseigné que le fait de respirer profondément peut l'aider à se calmer.

« Il est difficile de résoudre quoi que ce soit quand on est en colère », a-t-elle dit. Peut-être que s'il était plus calme, Patrik pourrait trouver un moyen de mettre fin à son ennui.

Il prend donc une grande et profonde inspiration. Puis il en prend une autre. Au bout de quelques minutes, il n'a plus la poitrine serrée. Mais il ne sait toujours pas quoi faire.

Il se redresse et regarde la photo de Jésus-Christ sur son mur. Qu'est-ce que Jésus voudrait qu'il fasse ?

Patrik se met à genoux. « Père céleste, s'il te plaît, aide Daniel dans ses études », dit-il. « Aide Simion à s'amuser avec ses amis. Et aide-moi à ne pas m'ennuyer autant. »

Lorsqu'il termine sa prière, Patrik a une idée. Il se précipite dans la chambre de Daniel.

« Daniel, quand tu auras fini, on pourra jouer ensemble ? »

Daniel lève les yeux de son livre pour regarder l'horloge sur le mur. « Je pourrai faire une pause dans trente minutes environ. On pourrait sortir alors. Tu veux faire ça ? »

« Oui ! » Patrik sourit et retourne en courant dans sa chambre. Il trouve un livre sur les animaux qui parle des tigres et qu'il aime bien feuilleter. Après avoir lu un moment, il joue avec des blocs. Bientôt, le temps s'est écoulé, et Daniel et lui se dirigent vers les bois près de leur maison.

« Tu veux jouer aux guerriers de l'espace ou aux explorateurs de la jungle ? », demande Daniel.

« Peu importe. Je suis juste content que nous passions du temps ensemble. C'est beaucoup mieux que de s'ennuyer ! », dit Patrik.

Daniel sourit. « Eh bien, jouer avec toi, c'est beaucoup plus amusant que d'étudier pour un examen ! »

Patrik se sent heureux tandis que Daniel et lui s'amuse à ramper dans l'herbe. En se calmant, il a pu réfléchir plus clairement et trouver un moyen de résoudre son problème. Et notre Père céleste l'a aidé à ressembler davantage à Jésus-Christ. Patrik a finalement passé une bonne journée ! ●



# Samuel sur la muraille

*Samuel, le prophète, est monté sur une muraille pour enseigner le peuple au sujet de Jésus-Christ (voir Héliaman 13-16). Fais cette activité pour te souvenir de l'histoire de Samuel. Comment peux-tu parler de Jésus-Christ aux autres ?*

1. Découpe les deux parties. Découpe ensuite soigneusement les lignes en pointillés sur le mur afin de faire deux fentes.
2. Fais passer la longue bande dans les fentes du mur. Tu peux maintenant faire monter et descendre Samuel pendant que tu racontes l'histoire qui se trouve à la page 24 !







# Si j'écoute avec le cœur

(Version simplifiée)

Avec calme ♩ = 96-112

D'après le texte anglais et la musique de Sally DeFord

G C D G Em D

1. Si j'a - vais é - té un pe - tit en - fant quand Jé - sus vi - vait i - ci bas, J'au - rais  
d'hui j'en - tends les mots, les dis - cours dit par un pro - phète vi - vant Com - me  
peux con - nai - tre la vé - ri - té en res - sen - tant le Saint - Es - prit Quand j'en

G C D G Em Am B

bien ai - mé mar - cher a - vec lui, é - cout - er ses mots, sa voix. En li -  
si Jé - sus par - lait a - vec moi sur la terre à tout mo - ment. Le pro -  
ai be - soin, il me ré - con - forte, il me dit que Jé - sus vit. Tout dou -

Em B7 G Cm

sant les É - cri - tu - res, je l'en - tends par - ler de paix Car  
phète en - sei - gne com - ment vivre en jus - tice et en paix Et  
ce - ment il me parle et em - plit mon â - me de paix Car

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

si j'é - coute a - vec mon cœur, Jé - sus par - le, je sais. 2. Au - jour  
3. Et je

3. G Am7 D G D G

sus par - le, je sais.



# Les crayons perdus et retrouvés

Par Abby Larkins  
(D'après une histoire vraie)





Plus tard le même jour...

Ce sont de jolis crayons de couleur ! Je ne les ai jamais vus.

Eh bien... je les ai trouvés dans le hall de l'école.

Comment te sentiras-tu si c'étaient tes crayons et que tu les avais perdus ?

Triste.

La personne à qui ils appartiennent est probablement à leur recherche. Comment vas-tu l'aider à les retrouver ?

Je pourrais peut-être les déposer au service des objets trouvés de l'école !

Le jour suivant...

J'ai trouvé ta boîte de crayons et je l'ai déposée aux objets trouvés. J'espère que tu la récupéreras. Ce sont des crayons vraiment sympas !  
De la part de,  
Rafaela

J'espère que la personne à qui ces crayons appartiennent les retrouvera !

« Lorsque nous choisissons de nous repentir, nous choisissons de devenir davantage semblables à Jésus-Christ ! »

Russell M. Nelson, « Nous pouvons mieux faire et être meilleurs », *Le Liahona*, mai 2019, p. 67.





Par Gary E. Stevenson  
du Collège des douze apôtres

# Comment puis-je m'améliorer ?

Écoute le Saint-Esprit.

---

Sois patient tout en  
continuant d'essayer.

---

Recherche l'aide du  
Sauveur et suis ses  
instructions.

---

Souviens-toi que tu n'es pas  
seul. Le Sauveur du monde  
est à tes côtés.

---

*Adapté de « Vos quatre minutes », Le Liahona,  
mai 2014, p. 85.*



## Le savais-tu ?

Frère Stevenson aimait faire du ski, du snowboard et de la pêche à la mouche avec ses enfants lorsqu'ils étaient jeunes.







# LE PROJET DE SCIENCE

Par **Bradley Salmond III**  
(D'après une histoire vraie)

*Cette histoire se passe aux États-Unis.*

**B**radley verse un autre gobelet de sable dans son seau. Il va en avoir besoin de beaucoup !

L'exposition scientifique de son école arrive bientôt. Bradley fabrique une maquette montrant le fonctionnement des tsunamis. Il a appris qu'un tsunami est une grande vague d'eau provoquée par un tremblement de terre dans l'océan et il veut que son projet soit parfait. Il gagnera peut-être un prix !

Lorsque son seau est rempli, Bradley ramasse des bâtons. Puis il trouve un bac en plastique et des petites maisons en jouet dans la cave.

Bradley verse le sable dans le bac pour former le terrain. Il place soigneusement les maisons et les arbres. Vient ensuite la partie la plus excitante : l'eau ! Une fois qu'il l'aura versée, il pourra pousser un morceau de carton dans l'eau pour créer la vague.

Mais il commet une grosse erreur. Il verse trop d'eau ! Les maisons sont inondées et il n'a même pas encore créé la vague ! Le sable mouillé se transforme en boue.

Bradley appelle sa mère, qui est dans la cuisine.  
« Que dois-je faire maintenant ? J'ai mis trop d'eau ! »

« Ce n'est pas grave. Tu peux tout simplement recommencer », dit maman. « Faisons-le ensemble et versons un peu d'eau à la fois. »

« D'accord. » Bradley hoche la tête et sort pour aller chercher plus de sable.

Cette fois, ils mesurent avec soin la bonne quantité d'eau avant de la verser. Bradley déplace le carton et regarde les vagues s'écraser sur le sable. Ça fonctionne !

Ensuite, Bradley et sa maman travaillent sur son affiche. Il a commencé à écrire des faits amusants sur les tsunamis, mais ça ne tient pas sur la page.

« Je ne veux pas tout réécrire ! » dit Bradley. Il commence à avoir mal à la tête.

« Nous ne sommes pas obligés de tout réécrire », dit maman. « On peut juste reformuler le texte pour qu'il tienne sur la page. »

Bradley gémit. Son affiche ne ressemble pas du tout à ce qu'il voulait. « Je ne veux pas faire comme ça : ça ne va pas être beau si les mots ne rentrent pas parfaitement. »

« C'est difficile d'apprendre, parfois. » Maman le prend dans ses bras. « Nous faisons des erreurs, mais ce qui compte, c'est de ne pas abandonner. Notre Père







« Notre Père céleste veut que nous continuions d'essayer. »

céleste veut que nous continuions d'essayer. Faisons donc une pause et terminons demain matin. »

Le lendemain matin, ils terminent l'affiche. Elle n'est pas parfaite, mais Bradley la trouve un peu mieux.

Le jour de l'exposition scientifique arrive enfin. Maman dépose Bradley à l'école. « N'oublie pas que tu as travaillé dur sur ton projet et que tu as beaucoup appris. Et c'est ce qui compte », dit-elle.

Bradley porte son projet jusqu'au grand gymnase. Celui-ci est rempli de projets et d'affiches. Tous les élèves de quatrième année (CM1) sont assis et attendent leur tour pour montrer leur projet.

C'est bientôt le tour de Bradley. Son cœur bat la chamade tandis qu'il se dirige vers l'avant. Et si ça se passe mal ?

Bradley pousse le carton dans l'eau et montre aux juges comment les vagues s'écrasent sur la terre.

« Qu'est-ce qui provoque ces grosses vagues dans l'océan ? » demande l'un des juges.

« Les grandes vagues sont causées par... » Un blocage se crée dans l'esprit de Bradley. « Je ne m'en souviens pas, mais je peux vous raconter quelques faits amusants sur les tsunamis. » Il leur lit les faits figurant sur son affiche.

Après l'école, Bradley monte dans la voiture avec son projet.

« Comment ça s'est passé ? » demande maman.

« Pas exactement comme je le voulais. » Bradley sourit. « Mais j'ai fait de mon mieux et j'ai continué d'essayer. » ●



« Notre destinée n'est pas déterminée par le nombre de fois où nous trébuchons, mais par le nombre de fois que nous nous relevons, secouons la poussière et repartons de l'avant. »

Dieter F. Uchtdorf, du Collège des douze apôtres,  
« Vous pouvez le faire maintenant ! », Le Liahona,  
novembre 2013, p. 56. Le Liahona, novembre 2013, p. 55.



# Suivre Jésus ensemble



**Unique S., dix ans, Région de Davao (Philippines)**



J'avais peur d'aller à la Primaire après que ma famille a déménagé dans un nouveau pays. J'ai prié pour me sentir la bienvenue. Lors de l'étude des Écritures en famille, nous avons appris que Jésus aime et sert tout le monde. Petit à petit, je choisis de ressembler davantage à Jésus et je suis reconnaissante pour mes nouveaux amis de la Primaire.

**Jenika K., dix ans, Mashonaland (Zimbabwe)**



**Georgia B., huit ans, Kansas (États-Unis)**



Ma mère me fait écouter des cantiques. Je me sens bien et j'ai l'impression que Jésus est près de moi.

**Laura O., six ans, Santa Catarina (Brésil)**



**Clayton, Camilla, Camden et Clara U., quatre, dix, huit et six ans, Dakota du Sud (États-Unis)**





Je balaie le sol et je mets la table avant les repas pour aider ma maman. J'aide mes camarades à faire leurs devoirs et mes instituteurs à ranger les livres à l'école.

**Kayser I., sept ans, Macao (Chine)**



Je joue avec mes petits frères et je les aide à s'habiller pendant que ma mère se prépare pour aller à l'église. Je ressens l'amour du Seigneur pour moi lorsque j'aide ma famille.

**Spencer F., huit ans, Caroline du Sud (États-Unis)**



**Ellery S., onze ans, Texas (États-Unis)**



**« Aimer, faire connaître et inviter »,  
Will P., dix ans, Idaho (États-Unis)**



**Trevor B., huit ans, Okinawa (Japon)**

**Envoie-nous tes créations et tes histoires !**

Consulte la dernière page de couverture pour savoir comment faire.

# Que signifie « Rassembler Israël » ?

Rassembler Israël signifie aider les gens à faire et à respecter des alliances, ou des promesses, avec notre Père céleste. Dans le temple, nous pouvons le faire en nous faisant baptiser pour les personnes décédées. Les prophètes ont promis qu'en aidant à rassembler Israël, nous ressentirons l'amour de Jésus-Christ pour nous.

- Ce sera le premier temple du Zimbabwe.
- Edward Dube, des soixante-dix, originaire du Zimbabwe, a fait une prière lors de la pose de la première pierre. Il a prié pour que le temple aide les gens à tourner leur cœur vers Jésus-Christ.



Harare (Zimbabwe)

- Les murs de ce temple sont en briques de 60 cm d'épaisseur.
- Lorsqu'il a été achevé en 1985, c'était le plus petit temple.
- Près de 90 000 personnes ont assisté aux deux semaines de visites guidées.



Freiberg (Allemagne)



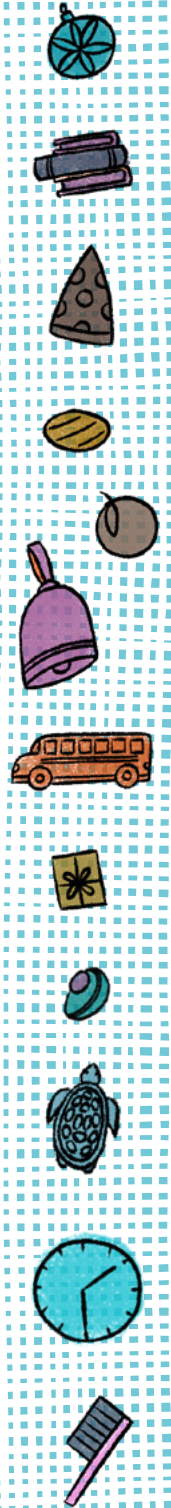
*Découpe les cartes, plie-les le long des pointillés et ferme-les avec du ruban adhésif.*  
**Trouve plus de cartes de temple sur la page [friend.ChurchofJesusChrist.org](http://friend.ChurchofJesusChrist.org).**





# une nouvelle étoile

Dans le Livre de Mormon, les gens ont vu l'étoile qui montrait que Jésus-Christ était né au loin ! Sauras-tu retrouver les objets cachés ?





# Les signes de la venue du Christ

LE PROPHÈTE SAMUEL a parlé de la venue de Jésus-Christ.



Lorsque le Sauveur  
reviendra, nous voulons  
**ÊTRE PRÊTS** nous aussi !

Il a enseigné que lorsque  
Jésus viendrait, il y aurait  
une **NOUVELLE ÉTOILE**  
**DANS LE CIEL**. Il y aurait  
un jour, une nuit et un  
jour **SANS OBSCURITÉ** !



Il a enseigné aux  
gens à **FAIRE**  
**ATTENTION À CES**  
**SIGNES** afin qu'ils  
puissent se repentir.  
Il voulait qu'ils soient  
prêts pour la venue  
du Sauveur. ●





# Quiz sur les Écritures

Où Néphi a-t-il prié  
pour le peuple ?  
(Hélaman 7:10)

---

Qui sont ceux qui sont  
bénis et pourquoi ?  
(Hélaman 12:23)

---

Le Seigneur a promis de  
rassembler son peuple.  
Quel est le nom de  
l'animal qui rassemble  
ses poussins ?  
(3 Néphi 10:4)

---

## Je peux lire le Livre de Mormon !

Après ta lecture, colorie une  
partie de l'image. Tu peux lire ces  
passages d'Écriture qui vont avec la  
tâche de lecture hebdomadaire de  
*Viens et suis-moi*.

**Semaine 1** : Hélaman 5:12

**Semaine 2** : Hélaman 10:2-4

**Semaine 3** : Hélaman 14:8

**Semaine 4** : 3 Néphi 4:31-32

**Semaine 5** : 3 Néphi 11:10-11



Fabrique une étoile pour te rappeler la nouvelle étoile qui est apparue  
lorsque Jésus est venu. Tu peux la dessiner ou la fabriquer avec des  
objets que tu trouveras. Envoie-nous une photo de ce que tu as fabriqué !  
Consulte la dernière page de couverture pour savoir comment faire.

# Néphi prie pour son peuple

*Tu peux trouver cette histoire  
dans Héliaman 7:10-17 et 8:7-10.*



Néphi était un prophète. Il portait le même nom que Néphi, le prophète qui était allé récupérer les plaques d'airain. Néphi s'inquiétait pour son peuple. Celui-ci avait cessé de suivre Dieu.



Néphi s'est rendu dans son jardin. Il est monté sur une tour et a prié Dieu. Il a prié pour son peuple.





Certains ont remarqué Néphi sur la tour. Ils se sont arrêtés pour l'écouter et ont appelé d'autres personnes pour qu'ils l'entendent aussi. Lorsque Néphi a fini de prier, il a remarqué que des gens le regardaient et il a commencé à les instruire.

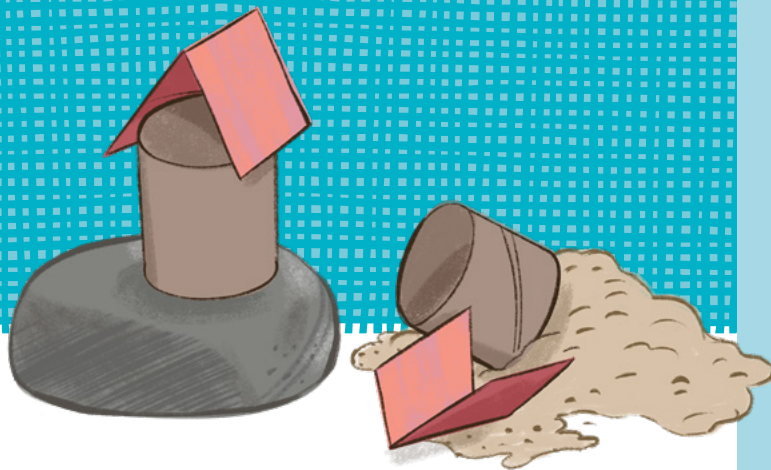


Néphi a demandé au peuple de se repentir. Certaines personnes n'ont pas aimé ce que Néphi a enseigné, mais beaucoup d'autres l'ont écouté ! Elles ont choisi de se repentir et de changer de façon d'agir. ●

# Activités

## du programme *Viens et suis-moi*

*Pour la soirée au foyer, l'étude des Écritures ou juste pour s'amuser !*



26 août – 1er septembre

### Des fondations sûres

POUR HÉLAMAN 1-6.

Hélaman a enseigné à ses fils à bâtir leur vie sur la fondation sûre de Jésus-Christ (voir Héléman 5:12). Une fondation est ce sur quoi on construit quelque chose. Des fondations sûres renforcent l'ensemble du bâtiment, même en cas de tempête. Construis deux tours, l'une sur des fondations sûres et l'autre sur des fondations fragiles. Quelle est la tour la plus stable ? Comment pouvons-nous bâtir notre vie sur Jésus-Christ ?

**Pour les plus petits :** Aidez vos enfants à réfléchir à quelque chose qu'ils trouvent très solide. Qu'ont-ils trouvé ? Enseignez-leur que nous pouvons être forts avec Jésus-Christ.

2 - 8 septembre

### Témoignage du Christ

POUR HÉLAMAN 7-12.

Dans les Écritures, de nombreuses personnes ont parlé et témoigné de Jésus-Christ (voir Héléman 8:16-20). Toi aussi, tu peux commencer à rendre témoignage de lui ! Un témoignage est ce que tu crois ou ce que tu sais être vrai à propos de notre Père céleste et de Jésus-Christ. Écris ton témoignage et entraîne-toi à en parler à ta famille ou à tes amis.

**Pour les plus petits :** Demandez à vos enfants ce qu'ils aiment au sujet de Jésus-Christ. Ensuite, témoignez du Sauveur.







16 - 22 septembre

## Jeu du rassemblement

POUR 3 NÉPHI 1-7

Jésus-Christ a promis qu'il rassemblerait tous ses enfants parce qu'il aime chacun d'eux et désire qu'ils aient l'Évangile (voir 3 Néphi 5:24). Joue à un jeu sur le rassemblement. Demande aux joueurs de se placer en cercle. Une personne au milieu dit une chose sur elle-même, par exemple sa couleur préférée. Si ce fait est vrai pour quelqu'un d'autre, ce dernier vient aussi se placer au milieu. Continue jusqu'à ce que tout le monde soit rassemblé au milieu du cercle.

### Pour les enfants plus jeunes :

Jouez à cache-cache avec eux. Serrez-les dans vos bras quand vous les trouvez. Parlez de la promesse de Jésus-Christ selon laquelle il nous rassemblera où que nous soyons.



9 - 15 septembre

## Samuel monte sur la muraille

POUR HÉLAMAN 13-16.

Samuel était un prophète qui a parlé de Jésus-Christ depuis le sommet de la muraille d'une ville (voir Héléman 13:4). Va à la page 12 et réalise l'activité manuelle qui t'aidera à raconter l'histoire de Samuel.

### Pour les plus petits :

Tenez vos petits pendant qu'ils sont debout sur une chaise et qu'ils disent ce qu'ils savent de Jésus-Christ, suivant l'exemple de Samuel.



23 - 29 septembre

## Jésus est la lumière

POUR 3 NÉPHI 8-11

Jésus-Christ est « la lumière et la vie du monde » (3 Néphi 9:18). Regarde un lever ou un coucher de soleil avec ta famille. Puis dessine ce que tu as vu. Pendant que tu dessines, parle des raisons pour lesquelles tu aimes Jésus-Christ et de la façon dont il t'apporte la lumière.

### Pour les enfants plus jeunes :

Allez dehors et observez différentes sources de lumière, comme le soleil, les étoiles ou la lune. Demandez à vos enfants ce qu'ils ressentent face à la lumière. Dites-leur que Jésus-Christ est notre lumière.

# Encourager les deux équipes

Par Ashley Stark

(D'après une histoire vraie)

*Cette histoire s'est passée en Corée du Sud.*

Jayne finit son plat de nouilles. *Mmm. C'est délicieux !*

« Jouons à Yut Nori ! », dit l'oncle Ji-Ho.

C'est de nouveau cette période de l'année ! Sa famille fête *Chuseok*, le Thanksgiving coréen. Aujourd'hui, Jayne et sa famille se sont réunis pour bien manger et jouer à Yut Nori. Yut Nori est le jeu préféré de Jayne.

Tout le monde s'assied en cercle sur le sol. Jayne regarde autour d'elle. Dans quelle équipe veut-elle être ? Elle s'assied à côté de l'oncle Ji-Ho. « Je veux faire partie de ton équipe ! », dit-elle. « Nous allons être les grands gagnants ! »

Oncle Ji-Ho rit. « Avec toi dans notre équipe, c'est sûr qu'il y a des chances ! »

La mère de Jayne place le plateau de jeu au milieu du cercle. Jayne l'aide à disposer les pièces. Elles donnent les quatre bâtons à l'équipe qui va commencer.

Ana, la cousine de Jayne, prend le premier tour. Elle lance les bâtons en l'air. La façon dont les bâtons atterrissent indique le nombre de cases sur lesquelles l'équipe peut se déplacer sur le plateau de jeu. Les quatre bâtons sont tournés vers le bas, ce qui signifie qu'Ana a obtenu un Yut ! Elle peut faire avancer le pion de son équipe de quatre cases et gagne un tour supplémentaire.

Mais Ana ne fait pas partie de l'équipe de Jayne.

*Jayne fronce les sourcils. Elle ne veut pas que l'autre équipe gagne !*



Jayne croise les bras et fronce les sourcils. « J'espérais qu'elle n'aurait pas un bon lancer », chuchote-t-elle à l'oncle Ji-Ho.

« Ne t'inquiète pas ! », dit l'oncle Ji-Ho. « Le jeu vient juste de commencer. » Il lui adresse un sourire encourageant.

Après le deuxième tour d'Ana, l'équipe de Jayne lance les bâtons. Mais ils ne réussissent pas à déplacer pas leurs pièces aussi loin que celles de l'équipe d'Ana.

À chaque tour, Jayne et sa famille applaudissent et rient. Jayne regarde les pièces





du jeu se déplacer sur le plateau. Tout le monde s'amuse.

Tout le monde sauf Jayne. Son équipe continue de perdre.

Finalement, c'est le tour de Jayne. Elle lance les bâtons en l'air, mais un seul atterrit face contre terre. Le pion de son équipe n'avance que d'une case.

Jayne croise les bras. « J'abandonne ! », crie-t-elle. « Je voulais qu'on gagne ! »

Soudain, tout le monde se tait. Lorsqu'elle lève les yeux, sa famille la

regarde fixement. Ils semblent surpris qu'elle soit si en colère.

Jayne a le visage brûlant. Elle se sent mal de ne pas être heureuse pour sa famille. D'habitude, elle ne se met pas autant en colère. Elle se lève pour quitter le cercle.

Oncle Ji-Ho lui tend la main. « Tu n'es pas obligée de partir », dit-il. « Ce n'est pas tout de gagner. Essaie juste de t'amuser. »

« D'accord. » Jayne se rassoie. Elle veut s'amuser comme tout le monde. Elle respire profondément et regarde son cousin Ben lancer les bâtons.

« Bien joué, Ben ! », dit l'oncle Ji-Ho. Il a l'air heureux.

Jayne regarde l'oncle Ji-Ho avec des yeux écarquillés. Il encourage l'autre équipe ! C'est peut-être pour cela qu'il s'amuse autant.

Alors que le tour suivant commence, Jayne décide d'encourager tout le monde dans les deux équipes. Oncle Ji-Ho a raison. Ce n'est pas tout de gagner. Jésus peut l'aider à être heureuse pour les membres de sa famille même si elle perd.

Lorsque c'est à nouveau le tour d'Ana, Jayne lui sourit. « Bonne chance ! Tu es douée. »

De l'autre côté du cercle, Ana lui sourit en retour. Jayne sent une chaleur en elle. Elle s'amuse déjà bien plus ! ●

« Dans la vie, il y a tant de choses qui dépendent de notre attitude. La façon dont nous décidons de voir les choses ou de réagir aux autres fait toute la différence. »

Thomas S. Monson (1927-2018), « Avoir une vie abondante », *Le Liahona*, janvier 2012, p. 4.



**Kevin W. Pearson**  
des soixante-dix

# Qui nous sommes vraiment



**N**otre Père céleste nous aime. Il veut nous aider à savoir qui nous sommes vraiment. Il a créé notre esprit avant que nous ne venions vivre sur terre. Nous sommes tous fils et filles de Dieu.

Parfois, nous nous sentons seuls ou nous craignons de ne jamais être à la hauteur. Jésus-Christ sait exactement ce que nous ressentons. Il nous aidera à surmonter toutes nos difficultés. Les épreuves auxquelles nous sommes confrontés dans cette vie peuvent nous aider à ressembler davantage à Jésus-Christ, si nous nous tournons vers lui.

L'Évangile nous permet de nous voir comme notre Père céleste nous voit. Grâce à notre foi en

Jésus-Christ, nos épreuves peuvent se transformer en bénédictions. Savoir qui l'on est et comment Dieu nous voit est une bénédiction pour n'importe qui, à n'importe quel âge !

En comprenant qui nous sommes en tant qu'enfants de Dieu, nous pourrions nous concentrer sur ce que notre Père céleste veut que nous devenions. Nous ferons face à nos difficultés *avec* lui. Même si nous sommes imparfaits et que nous faisons des erreurs, nous pouvons trouver de l'espoir dans la connaissance que nous sommes des enfants de Dieu. ●

*Tiré d'un entretien avec Olivia Kitterman et Diana Evelyn Nielson.*



# Trouve l'activité préférée de chacun

Nous sommes tous différents. Nous avons tous des talents et des goûts différents. Mais nous sommes tous des enfants de Dieu !

Utilise les indices pour remplir le tableau et trouver ce qui intéresse chacun de ces amis. Indice : Mets une croix à côté de ce que tu sais ne pas être vrai. La première est déjà inscrite. Lorsque tu auras terminé, chaque colonne devrait avoir une case vide !

1. Amara et Jade ne jouent pas au piano.
2. Max n'aime pas les mathématiques.
3. Aucun des garçons ne joue d'un instrument ou ne fait du karaté.
4. Amara n'est pas la fille qui aime les animaux.
5. Kai est le seul à aimer le basket-ball.



Danse



Basket-ball



Karaté



Mathématiques



Animaux



Piano



Eva



Kai



Aaron



Jade



Max



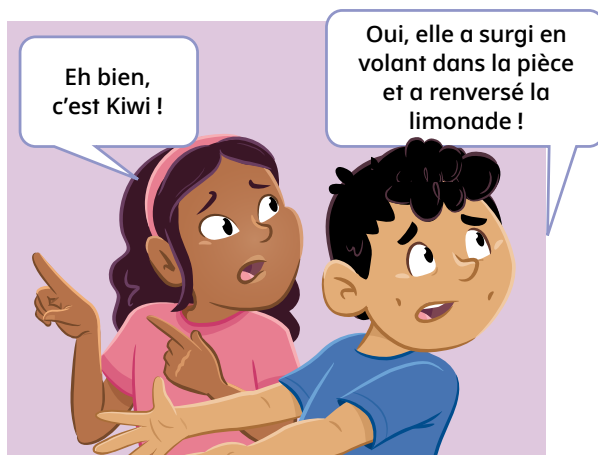
Amara

					X
					X

# MARGO et PAOLO



## Le mensonge de la limonade





# Pour les enfants plus âgés

## À découvrir :

La boîte à soucis.....	36
Chaîne de lecture des Écritures.....	38
A quoi penses-tu ?.....	39
Conversation avec Téancum.....	40
Des fleurs pour ma voisine.....	42

### Quiz rapide

De qui Mormon descend-il ?

- A. Laban
- B. Zoram
- C. Léhi



Réponse : C

### Paroles inspirantes

« Chaque fois que nous lisons et étudions le Livre de Mormon, nous pouvons nous attendre à des résultats remarquables. »

Gary E. Stevenson, du Collège des douze apôtres, « La plus grande histoire de Pâques jamais contée », *Le Liahona*, mai 2023, p. 8.



# La boîte à soucis

Par Olivia Kitterman  
(D'après une histoire vraie)

*Cette histoire se passe aux États-Unis.*

Olivia se dépêche de sortir de sa classe avant la fin des cours. Elle essaie de ne croiser le regard de personne.

Aujourd'hui, c'est son premier jour de thérapie. Sa mère lui a expliqué qu'elle va rencontrer un médecin qui pourra l'aider par rapport à ses inquiétudes. Olivia s'inquiète beaucoup. Parfois, elle s'inquiète tellement qu'elle a du mal à dormir ou à s'amuser avec ses amis.

Olivia monte dans la voiture avec sa mère et s'avachit sur son siège.

« Est-ce que ça va ? », demande Maman.

Olivia ne répond pas pendant un moment. « Pourquoi dois-je aller chez le médecin ? »

Maman commence à conduire. « Notre Père céleste

nous donne des médecins pour nous aider. Tout comme il nous donne d'autres choses pour nous aider, comme des amis et les Écritures. Tu te souviens de la chaîne d'Écritures que nous avons faite ? »

Olivia hoche la tête. Maman l'a aidée à trouver des versets bibliques qui lui apportent du soutien vis-à-vis de ses inquiétudes. À côté de chaque verset, Maman a écrit où trouver le suivant. Quand Olivia est inquiète le soir, elle fait une prière et cherche l'un des versets d'Écritures. Elle lit ensuite les autres versets de la chaîne jusqu'à ce qu'elle trouve le sommeil.

Quand Olivia et Maman entrent dans le cabinet du médecin, le docteur Posy se présente. Elle demande à Olivia ce qu'elle ressent. Olivia lui parle de ses soucis.



*Olivia se fait beaucoup de souci.*





« Beaucoup de gens souffrent de ce qu'on appelle l'anxiété », explique le docteur Posy. « Ils s'inquiètent beaucoup, comme toi. Mais tu peux faire certaines choses qui t'aideront à moins t'inquiéter. Veux-tu que nous essayions l'une d'elles ensemble ? »

Olivia, le regard tourné vers ses chaussures, hoche la tête.

Le docteur Posy tend à Olivia une petite boîte. « C'est une boîte à soucis. Elle garde nos soucis en lieu sûr pour que nous n'ayons pas à y penser. »

Olivia fait tourner la boîte dans ses mains. Celle-ci n'a rien de spécial.

« La prochaine fois que tu as des craintes, note ton inquiétude sur un morceau de papier et mets-le dans la boîte », dit le docteur Posy. « Ensuite, choisis un moment chaque jour pour ouvrir la boîte et te pencher sur ton souci. Si tu as une quelconque inquiétude avant ce moment précis, dis-toi que tu n'as pas besoin d'y penser pour l'instant. »

« D'accord », dit Olivia. Le docteur Posy l'aide à coucher sur papier ses plus grandes inquiétudes et Olivia les glisse dans la boîte.

Plus tard dans la journée, l'un des soucis d'Olivia lui revient à l'esprit. *Il est dans la boîte à soucis*, se dit-elle. *Je m'en occuperai plus tard*. Elle essaie de cesser d'y penser et se met à jouer avec son frère.

Au moment d'aller se coucher, Olivia se sent nerveuse. C'est la nuit que ses inquiétudes sont les plus présentes. Elle pose sa boîte à soucis et ses Écritures près de son lit et appelle Maman.

« Et si ça ne marche pas ? », demande-t-elle.

Maman la serre dans ses bras. « Nous continuerons alors d'essayer. Notre Père céleste t'aidera à trouver d'autres moyens qui t'aideront. »

Olivia hoche la tête. « Peut-être que je devrais aussi écrire cela pour le mettre dans la boîte à soucis. »

« Bonne idée ! », dit maman. Elle fait une prière avec Olivia. Cela aide Olivia à se sentir un peu mieux.

Peu de temps après que Maman a éteint les lumières, une inquiétude surgit dans l'esprit d'Olivia. Elle allume sa lampe. Elle note son souci et le met dans la boîte pour plus tard. Elle fait une autre prière pour demander à notre Père céleste de la reconforter.

Elle ouvre ensuite ses Écritures et cherche un verset surligné dans sa chaîne d'Écritures. Le premier qu'elle trouve est dans Ésaïe 41:10. Il dit : « Ne crains rien, car je suis avec toi. »

À côté du verset, Maman a écrit « Doctrine et Alliances 6:36 ». Olivia cherche ce verset et le lit à haute voix. « Tournez-vous vers moi dans chacune de vos pensées ; ne doutez pas, ne craignez pas. »

Olivia se sent en paix. Elle sait qu'elle pensera probablement à d'autres soucis. Mais notre Père céleste lui a donné beaucoup de choses pour l'aider à se sentir mieux. Il a répondu à ses prières et ça l'a beaucoup aidée ! ●



Tourne la page pour faire une chaîne d'Écritures, comme celle d'Olivia !



**Les Écritures peuvent nous aider à ressentir le réconfort et l'amour de notre Père céleste. Crée une chaîne d'Écritures que tu liras lorsque tu te sentiras inquiet ou triste.**

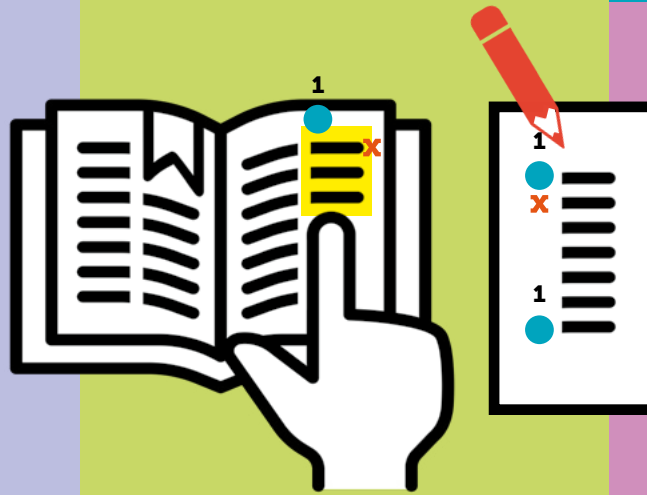
# Chaîne de lecture des ÉCRITURES

Les formes violettes contiennent des versets d'Écritures que tu peux utiliser. Ajoute aussi tes propres versets préférés.

*Demande à un parent ou à un dirigeant de la Primaire de t'aider !*

**Proverbes 3:5 :**

« Confie-toi en l'Éternel de tout ton cœur. »



**Proverbes 3:24 :**

« Si tu te couches, tu seras sans crainte ; Et quand tu seras couché, ton sommeil sera doux. »

**Jean 14:27 :**

« Je vous laisse la paix, je vous donne ma paix. Je ne vous la donne pas comme le monde la donne. Que votre cœur ne se trouble point, et ne s'alarme point »

1. Fais la liste de tes versets d'Écritures préférés.
2. Dans tes Écritures, trouve le premier verset sur ta liste. Utilise un crayon de couleur pour surligner soigneusement le verset.
3. À côté, écris la référence de l'Écriture (ou le numéro de page, si c'est plus facile pour toi) du verset suivant sur ta liste. Trouve ensuite ce verset et surligne-le également.
4. Continue de surligner les versets et de noter la référence du verset suivant. Lorsque tu surlignes le dernier verset de ta liste, note la référence du premier verset que tu as surligné.

**D&A 121:7 :**

« Mon fils, que la paix soit en ton âme ! Ton adversité et tes afflictions ne seront que pour un peu de temps. »

**Doctrines et**

**Alliances 68:6 :**

« C'est pourquoi, prenez courage et ne craignez pas, car moi, le Seigneur, je suis avec vous et je me tiendrai à vos côtés. »

**D&A 45:62 :**

« Car, en vérité, je vous dis que de grandes choses vous attendent. »



# Je n'aime pas essayer de nouvelles choses parce que je fais toujours des erreurs. Que dois-je faire ?

—Quelqu'un de Panama City qui essaye d'être parfait

## **Cher Ami,**

Tu penses peut-être que si tu ne fais pas les choses parfaitement, tu as échoué. Mais ce n'est pas vrai ! En fait, les erreurs te permettent d'apprendre et de t'améliorer.

Notre Père céleste nous aide à apprendre petit à petit (voir Doctrine et Alliances 98:12). Au lieu de te concentrer sur la perfection, essaie de te concentrer sur ta progression et tes efforts pour devenir peu à peu plus semblable au Sauveur. Cherche les choses que tu fais bien. Efforce-toi de transformer les pensées négatives que tu as de toi-même en pensées positives. Et surtout, lorsque tu commets une erreur, ou même vingt erreurs, respire profondément, fais une prière et persévère dans tes efforts !

Affectueusement,  
*L'Ami*

## **Transforme ces gribouillis en art !**

Quelqu'un a commencé ces dessins mais a abandonné en se disant qu'ils n'étaient pas assez bons. Fais preuve de créativité pour terminer chaque dessin. Voyons ce qui se produit quand on persévère !

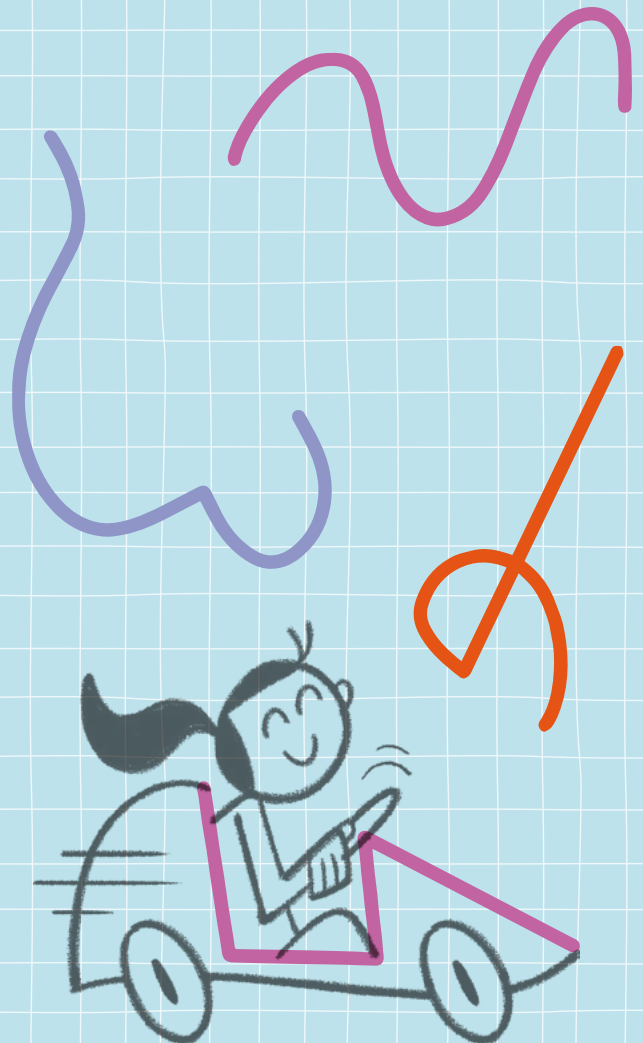


ILLUSTRATION JOSH TALBOT

# Conversation avec Téancum sur les Écritures



Téancum est originaire de Fidji. Nous lui avons posé quelques questions sur les enseignements qu'il tire du Livre de Mormon.

## Parle-nous de toi.

J'ai neuf ans et je suis le plus jeune de six enfants. Ma couleur préférée est le rouge et mon plat préféré est le poulet au curry avec du riz. J'adore jouer au rugby ! Mon prénom est unique en son genre. Il vient d'un guerrier du Livre de Mormon, mon deuxième prénom vient de mon oncle nigérian et mon nom de famille est fidjien.



## Qu'est-ce qui t'aide à tirer des enseignements des Écritures ?

J'aime lire les Écritures en famille. Nous étudions ensemble les leçons de *Viens et suis-moi*. J'aime découvrir de nouvelles histoires chaque semaine. Nous parlons de ce que nous apprenons et nous nous rendons mutuellement témoignage. Quand je lis les Écritures, j'aime aussi imaginer que je joue un rôle dans l'histoire.







### Comment les Écritures t'aident-elles ?

Les Écritures me rappellent d'être brave et courageux, et de prier pour être réconforté. Chaque fois que j'ai peur ou que je me sens seul, je sais que le Saint-Esprit me réconfortera.

### Quelle est ton histoire préférée dans le Livre de Mormon ?

Mon histoire préférée du Livre de Mormon est celle de Téancum, car c'était un grand chef et un grand guerrier. Il s'est battu pour sa famille, ses amis et l'Église. Je sais que je peux lui ressembler et toujours défendre ce qui compte le plus pour moi.



### Quel conseil donnerais-tu à quelqu'un qui a du mal à comprendre les Écritures ?

Si on a du mal à comprendre les Écritures, on peut demander à son père ou à sa mère, ou même à ses frères et sœurs, de nous aider. Ma famille m'aide beaucoup. On peut aussi demander à un instructeur de la Primaire ou à un dirigeant de l'Église ! ●





## Des fleurs pour ma voisine



Par Peter E., dix ans, Utah (États-Unis)

Il y a quelques années, le mari de ma voisine est décédé. Elle était très triste.

Je sais ce que c'est que de perdre quelqu'un qu'on aime. Lorsque j'avais trois ans, ma mère est morte. Après sa mort, les enfants de mon quartier nous ont écrit des mots, à mon frère et moi, et ont décoré notre jardin avec des jouets. Je voulais faire quelque chose d'aussi gentil pour ma voisine.

J'ai prié pour savoir ce que je pouvais faire pour elle. L'idée m'est venue de lui offrir des fleurs pour la Saint-Valentin, mais il fallait que je gagne l'argent nécessaire pour acheter les fleurs. Dans mon *Livret pour les enfants*, je me suis fixé comme objectif de gagner de l'argent.

Pour cela, j'ai accompli diverses tâches pour des gens. Ma grand-mère m'a payé pour nettoyer son jardin et les feuilles dans sa cour. À la maison, j'ai gagné de l'argent en débroussaillant derrière notre cabane. Il a fallu des mois de travail acharné pour gagner assez d'argent.

Enfin, j'en ai eu assez pour aller dans un magasin et acheter les fleurs. Le jour de la Saint-Valentin est arrivé et j'ai offert à ma voisine les fleurs accompagnées d'un mot. Elle était très heureuse. Moi aussi, je me sentais bien et heureux. J'ai remercié mon Père céleste de m'avoir aidé à faire ce qu'il voulait que je fasse. ●



# Pour les tout-petits



Je prie pour les  
personnes malades.

**Charlotte P., quatre  
ans, Macao (Chine)**



Je suis Jésus en prêtant  
mes jouets.

**Boyd L., trois ans,  
Sorsogon (Philippines)**



Après sa mort,  
« Jésus est-il ressuscité ?  
Oui je sais qu'il vit ! Je  
revivrai aussi ! »

*Chants pour les enfants, p. 45.*

# Je peux suivre Jésus en étant honnête



Jésus veut que nous soyons honnêtes.



Je peux suivre Jésus en respectant les règles.



Je ne prendrai pas les choses qui ne sont pas à moi.



Je dirai la vérité.



# Place aux activités !

Ces amis jouent à un jeu. Sauras-tu retrouver les cœurs cachés ?





# Qu'est-ce que c'est un temple ?

Le temple est la maison de Dieu. Chaque temple est un bâtiment spécial où nous adorons notre Père céleste et Jésus-Christ.



À l'intérieur, les gens prient et font des alliances, ou des promesses sacrées, avec notre Père céleste. Nous donnons aux personnes qui sont mortes une chance de recevoir ces mêmes bénédictions.





Les temples sont aussi des lieux où les familles peuvent être scellées ensemble pour toujours.

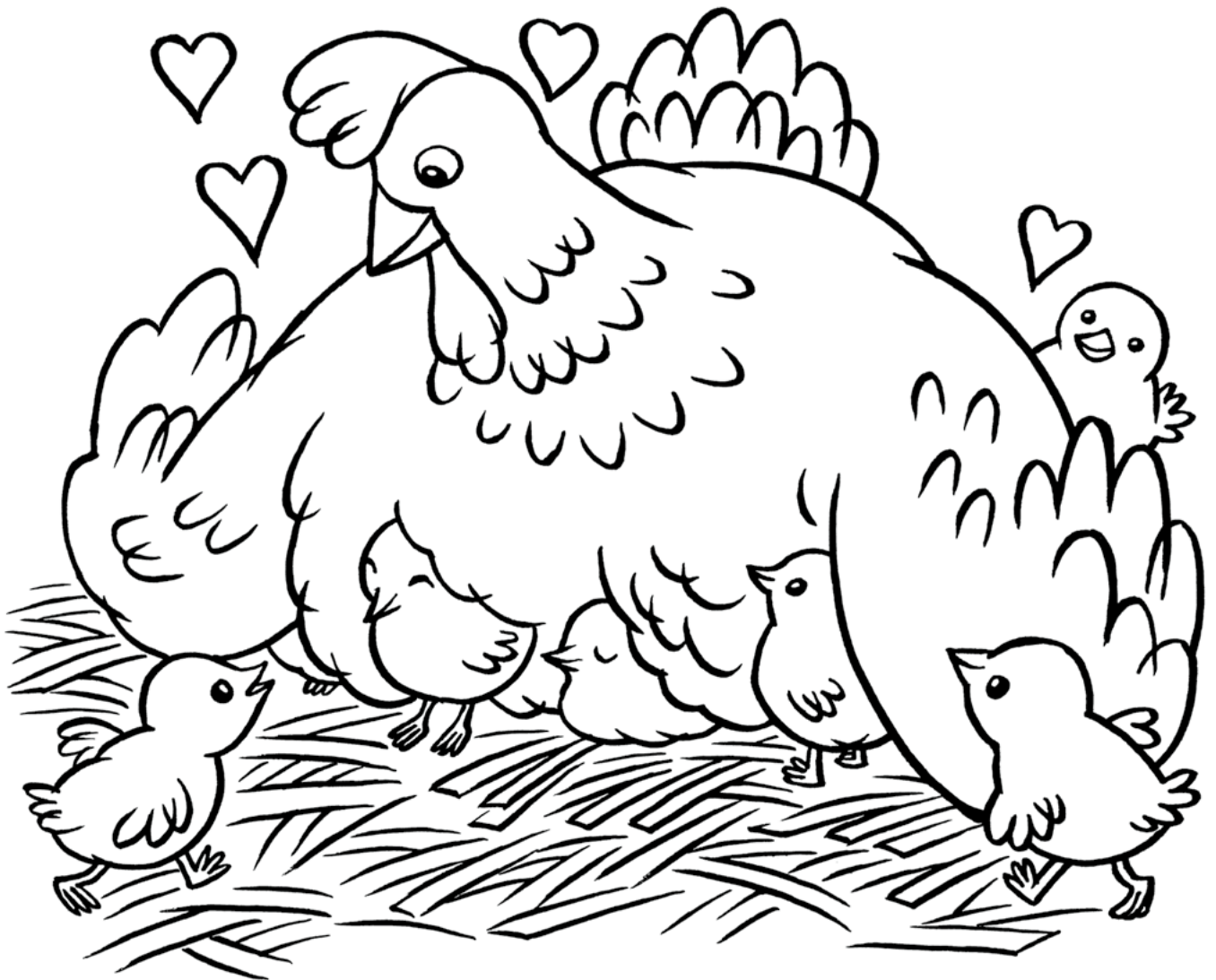


Quand tu seras plus grand, toi aussi tu pourras entrer dans le temple !



Nous pouvons ressentir l'amour de Dieu à l'intérieur du temple.

Jésus nous rassemble  
comme une poule  
rassemble ses poussins



Comment ressens-tu l'amour de Jésus-Christ ?







## Chers parents,

Vos enfants sont-ils inquiets ? Lisez ensemble « La boîte à soucis » (page 36) et parlez de la façon dont Olivia a obtenu de l'aide avec les choses qui lui faisaient peur. Tournez ensuite la page et réalisez ensemble une chaîne d'écritures réconfortantes. Aidez vos enfants à comprendre que, grâce à son expiation, Jésus-Christ nous comprend parfaitement et peut nous aider à surmonter toutes nos peurs.

Avec tout notre amour,  
*L'Ami*



### DES ENFANTS HEUREUX ET EN BONNE SANTÉ

Lisez « La journée ennuyeuse de Patrik » (page 10). Rédigez ensemble une liste de choses que vos enfants pourront faire lorsqu'ils s'ennuient.



#### ADRESSEZ VOTRE ENVOI À :

- Magazine *L'Ami*
- 50 E. North Temple St., Rm. 2393
- Salt Lake City, UT 84150-0024, États-Unis
- Ou par courriel : [friend@ChurchofJesusChrist.org](mailto:friend@ChurchofJesusChrist.org)

#### **Veillez inclure les renseignements et l'autorisation suivants :**

Prénom et nom		
Âge	Garçon / Fille	Département/État/Province/Canton/Pays
<b>J'autorise l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours à utiliser le contenu envoyé par mon enfant et sa photo sur les sites Internet et les plates-formes de réseaux sociaux de l'Église, ainsi que dans les rapports, les publications, les vidéos et les documents de formation de l'Église.</b>		
Signature d'un des parents ou du tuteur légal		Date
Adresse électronique d'un des parents ou du tuteur légal		

Est-ce que *L'Ami* peut prendre contact avec vous pour une enquête ?



OUI



NON

