

**Les Écritures et les prophètes nous enseignent les manières d'être positif :**

*La véritable plénitude de la joie ne s'obtient que grâce à Dieu (voir D&A 101:36). Si nous nous tournons vers lui, notre cœur changera.*



*Dieu bénit chacun de nous (voir Psaumes 145:9). Nous pouvons nous efforcer de prendre conscience des tendres miséricordes qu'il manifeste dans notre vie.*



*Garder notre attention fixée sur Dieu ne se fait pas une fois pour toutes. Nous devons contracter et constamment respecter des alliances, par exemple prendre dignement la Sainte-Cène chaque semaine.*



*Comme Néphï, nous pouvons faire nos délices des Écritures (2 Néphï 4:15-16). La lecture des paroles de Dieu et de ses prophètes nous donnera du courage.*



*Gordon B. Hinckley (1910-2008) nous a recommandé de parler plus des qualités que des fautes les uns des autres et de louer plus généreusement la vertu et l'effort<sup>4</sup>.*

