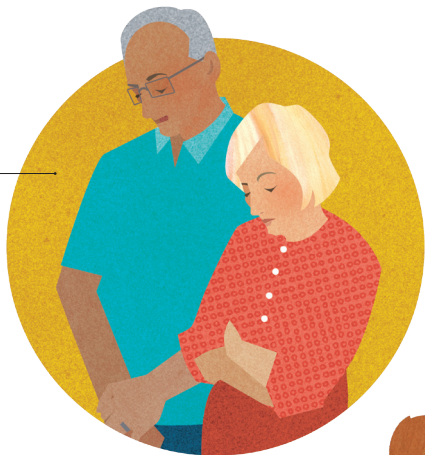


**Le Scritture e i profeti ci insegnano alcuni modi in cui possiamo essere positivi:**

*Una reale pienezza di gioia giunge solo tramite Dio (vedere DeA 101:36). Quando ci rivolgiamo a Lui, il nostro cuore cambia.*



*Dio benedice la vita di ognuno di noi (vedere Salmi 145:9). Possiamo impegnarci a prestare attenzione alle Sue tenere misericordie nella nostra vita.*



*Rimanere concentrati su Dio non è un evento unico. Dobbiamo stringere e osservare costantemente le alleanze, come per esempio prendere degnamente il sacramento ogni settimana.*



*Come Nefi, possiamo dilettarci nelle Scritture (2 Nefi 4:15–16). Leggere le parole di Dio e dei Suoi profeti eleverà il nostro cuore.*



*Il presidente Gordon B. Hinckley (1910–2008) ci ha esortati a parlare “delle nostre reciproche virtù più che delle colpe altrui” e a dedicare “maggiore generosità a render merito alla virtù e agli sforzi”.<sup>4</sup>*

