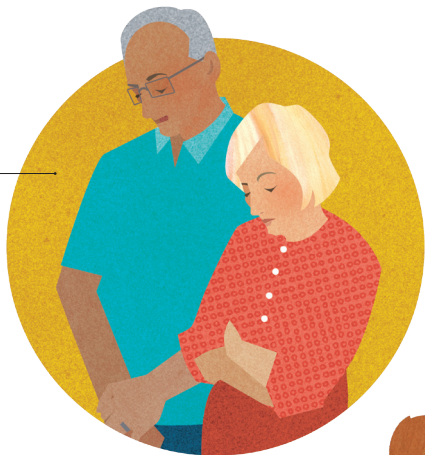


**Skrifterna och profeterna lär oss
hur vi kan bli positiva:**

Sann och fullständig glädje kommer endast genom Gud (se L&F 101:36). När vi vänder oss till honom förändras våra hjärtan.



Gud välsignar allas våra liv (se Ps. 145:9). Vi kan sträva efter att vara medvetna om hans innerliga barmhärtighet i våra liv.



Att sätta Gud i centrum är inte något vi gör bara en gång. Vi måste ingå och konsekvent hålla våra förbund, till exempel att värdigt ta del av sakramentet varje vecka.



Vi kan liksom Nephi glädjas i de heliga skrifterna (2 Nephi 4:15–16). Att läsa Guds och hans profeters ord lyfter vårt hjärta.



President Gordon B. Hinckley (1910–2008) uppmanade oss att tala om varandras dygder mer än om varandras fel och att mer generöst berömma godhet och ansträngningar.⁴

