

## SEUL

Parce que le Christ a subi l'Expiation pour moi, je ne suis pas obligé de supporter mes épreuves seul.

**Job 1:21-22 :** Job a souffert des choses terribles, notamment la mort de ses enfants. Il a persévéré en s'appuyant sur le Seigneur. Lorsque je me tourne vers le Seigneur en apprenant à le connaître, je vois que je ne suis jamais complètement seul parce qu'il est avec moi.

.....  
**Écritures supplémentaires :**

Luc 22:39-44  
Jean 16:32  
Doctrine et Alliances 121:9-10  
Doctrine et Alliances 121:46



## BLESSÉ

Toutes mes blessures peuvent être guéries grâce à l'expiation du Christ, et son amour m'inspirera de pardonner aux autres.

**1 Néphé 7:6-21 :** Laman et Lémuel ont attaché Néphé et ont menacé de l'abandonner dans le désert. Néphé a prié et, avec l'aide du Seigneur, il a été libéré et a pardonné à ses frères. Je peux aussi prier, ressentir la paix et trouver la force de pardonner.

.....  
**Écritures supplémentaires :**

Psaumes 147:3  
Ésaïe 53:3-5  
Luc 23:1-47  
1 Néphé 19:9

## FAIBLE

La miséricorde et la grâce du Christ me donneront la force de surmonter mes difficultés même lorsque je me sens faible.

**Alma 2:27-31 :** Lorsqu'ils étaient à la bataille, les Néphites se sont tournés vers le Seigneur et il les a fortifiés. Lorsque je subis toutes sortes d'attaques spirituelles et émotionnelles, il se peut que je me sente faible, mais le Seigneur me fortifiera.

.....  
**Écritures supplémentaires :**

Matthieu 7:24-27  
Mosiah 9:17-18  
Hélan 5:12  
Éther 12:27

