



## Alma 36–38

20–26 JULIO

# El arrepentimiento, ¿cómo convierte el dolor en gozo?

**A**lma compartió su experiencia de conversión con su hijo Helamán. Le contó que lo “martirizaba un tormento eterno” a causa de “todos [sus] pecados e iniquidades” (Alma 36:12–13). ¿Cómo te sientes cuando experimentas la culpa del pecado?

### Nacido de Dios

Después de tres días de tormento interno, Alma tuvo un pensamiento que alivió el sufrimiento que había sentido (véase Alma 36:19); él testificó que había “nacido de Dios” (Alma 36:23). ¿Qué pensamiento lo condujo a nacer de Dios? (véase el versículo 18).

### Gozo después de gran dolor

Alma experimentó gran dolor a causa de sus pecados, pero cuando recordó e invocó a Jesucristo, su dolor fue reemplazado por el dulce e intenso gozo del perdón (véase Alma 36:20).

### Confiar en Dios

Al recordar la expiación de Jesucristo, Alma aprendió a confiar en Dios y supo que sería enaltecido en el postrer día (véase Alma 36:3). ¿De qué manera te ha brindado gozo el recordar y confiar en la expiación del Salvador?

### ANÁLISIS

¿Qué puedes hacer para confiar continuamente en el Señor y recordar Su sacrificio expiatorio?

¿Cómo puedes traer más almas al arrepentimiento para que también puedan experimentar un gozo grande y sempiterno?