



Alma 36–38

20 A 26 DE JULHO

Como o arrependimento transforma a tristeza em alegria?

Alma contou a seu filho Helamã como foi sua conversão. Alma lhe disse que foi “torturado com tormento eterno” por causa de “todos os [seus] pecados e iniquidades” (Alma 36:12–13). Como você se sente ao vivenciar a culpa do pecado?

Nascido de Deus

Após três dias de tormento interior, Alma teve um pensamento que aliviou a aflição que sentia (ver Alma 36:19). Testificou que havia “nascido de Deus” (Alma 36:23). Qual pensamento o levou a nascer de Deus? (Ver o versículo 18.)

Alegria após grande tristeza

Alma vivenciou grande sofrimento por causa de seus pecados, mas, quando se lembrou de Jesus Cristo e clamou a Ele, sua tristeza foi substituída pela agradável e extraordinária alegria do perdão (ver Alma 36:20).

DEBATE

O que você pode fazer para confiar continuamente no Senhor e se lembrar de Seu sacrifício expiatório?

Como você pode levar mais almas ao arrependimento para que elas também tenham uma grande e eterna alegria?

Confiar em Deus

Ao se lembrar da Expição de Jesus Cristo, Alma aprendeu a confiar em Deus e soube que seria elevado no último dia (ver Alma 36:3). De que modo a lembrança da Expição do Salvador e sua confiança nela lhe proporcionaram alegria?