



"Para mantê-los no caminho certo"

Notas e transcrições do programa

Descrição geral do podcast:

Siga-o: Um podcast *Come, Follow Me (Venha, Siga-me)* com Hank Smith e John Bytheway

Você já sentiu que a preparação para sua lição semanal do *Vem, e Segue-Me* é insuficiente? Junte-se aos anfitriões Hank Smith e John Bytheway enquanto eles entrevistam especialistas para tornar seu estudo do curso *Vem, e Segue-Me* de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias não apenas agradável, mas também original e educativo. Se estiver procurando recursos para tornar seu estudo novo, fiel e divertido - não importa sua idade -, junte-se a nós todas as quartas-feiras.

Descrições de episódios de podcast

Parte 1:

O que Morôni disse para evitar nossa destruição? A Dra. Shalise Adams explora os temas da mensagem final de Morôni para os santos dos últimos dias com relação a ouvir a palavra de Deus, o poder do sacramento e a alegria em meio à solidão.

Parte 2:

A Dra. Shalise Adams continua a explorar o tratado final de Morôni sobre o poder salvador de Jesus Cristo.

Códigos de tempo:

Parte 1:

- 00:00 Parte I - Dra. Shalise Adams
- 02:27 Biografia da Dra. Shalise Adams
- 03:37 *Manual do Come, Follow Me*
- 04:52 Morôni 1:1-4 - Morôni está sozinho
- 09:36 Encontrando alegria em meio à solidão
- 13:12 Morôni comemorou seu aniversário sozinho?
- 16:23 Sozinho com o Espírito Santo
- 19:36 O Grande e Espaçoso Edifício encontra você
- 21:05 Morôni 2 - A autoridade de Morôni
- 24:46 O Espírito Santo e os aparelhos auditivos
- 29:23 John tem aulas de voo
- 32:15 O Dr. Adams fala sobre estar no acampamento
- 35:31 Michelle Craig: Onde Deus se revela
- 37:09 Irmã Nelson "Deixe seu espírito assumir a liderança"
- 40:08 Solidão e o fato de ser um adulto solteiro
- 44:41 O poder está no sacramento
- 48:26 As orações do sacramento
- 54:38 A avó e o sacramento
- 58:14 Fim da Parte I - Dra. Shalise Adams

Parte 2

- 00:00 Parte II - Dra. Shalise Adams
- 00:07 Morôni 4:3 e Morôni 5:2 - Leia com atenção
- 03:07 Morôni 6:4 - Uma comunidade de santos
- 04:52 Ser lembrado
- 07:17 3 Néfi 17 - Venha e seja curado
- 11:52 Encontrando um propósito por meio do serviço
- 12:53 Morôni 6:5-6 - Reunir-se e orar juntos
- 15:42 Presidente Oaks: A Igreja deve servir ao próximo
- 18:18 John compartilha sobre o Quórum de Élderes e o pedido de ajuda
- 20:51 Morôni 6:7-8 - Perdão sem limites
- 23:12 Morôni 6:9 - Conduzir com o Espírito Santo
- 26:34 O Dr. Adams compartilha como melhorar com os jovens adultos
- 30:45 A Dra. Adams compartilha seu testemunho sobre Jesus e o Livro de Mórmon
- 33:35 Fim da Parte 2 - Dra. Shalise Adams

Referências:

Bytheway, John. "John Bytheway: A Line-by-Line Look at the Sacrament Prayers That Will Change How You Understand Them" [Uma Análise Linha a Linha das Orações Sacramentais que Mudará a Forma como Você as Entende]. LDS Living, 2 de dezembro de 2017. <https://www.ldsliving.com/john-bytheway-a-line-by-line-look-at-the-sacrament-prayers-that-will-change-how-you-understand-them/s/86834#:~:text=Brother%20Gary%20Poll%20suggested%20that%20if%20Heavenly,all%20listening>

%20would%20have%20their%20eyes%20closed.&text=It%20means%20those%20scriptures%20belong%20to%20you.

Bytheway, John. "Moroni's Guide to Surviving Turbulent Times" [Guia de Morôni para Sobreviver a Tempos Turbulentos]. Deseret Book: Livros, DVDs, música, arte e muito mais para as famílias SUD - Deseret Book. Acessado em 26 de novembro de 2024.

https://www.deseretbook.com/product/P5157453.html?srsId=AfmBOooKwXKYk_OMdshN_UIntB8W--Umz-N2RAZIKYYCrY1rEuuTsRRV.

"2-8 de dezembro: 'Para mantê-los no caminho certo'. Morôni 1-6". Come, Follow Me Manual - December 2-8: "To Keep Them in the Right Way." [Manual do Vem, Segue-Me - 2-8 de dezembro: "Para Mantê-los no Caminho Correto"], 1º de janeiro de 2023. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/come-follow-me-for-home-and-church-book-of-mormon-2024/49?lang=eng>.

Deseret News. "Feed the Spiritually Starving" [Alimentar os famintos espirituais]. Deseret News, 17 de janeiro de 2024. <https://www.deseret.com/2001/8/11/20779384/feed-the-spiritually-starving/>.

Élder Dale G. Renlund, do Quórum dos Doze Apóstolos. "Conexão mais forte e mais próxima com Deus por meio de múltiplos convênios". BYU Speeches, 19 de setembro de 2024. <https://speeches.byu.edu/talks/dale-g-renlund/stronger-and-closer-connection-to-god-through-multiple-covenants/>.

Élder Dale G. Renlund, do Quórum dos Doze Apóstolos. "'Este é o Meu Evangelho' - 'Esta é a Minha Igreja'". Conferência Geral de Outubro de 2024 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 5 de outubro de 2024. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2024/10/15renlund?lang=eng>.

Élder Dallin H. Oaks, do Quórum dos Doze Apóstolos. "Taking Upon Us the Name of Jesus Christ" [Tomando sobre nós o nome de Jesus Cristo]. Conferência Geral de Abril de 1985 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de abril de 1985. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/1985/04/taking-upon-us-the-name-of-jesus-christ?lang=eng>.

Élder Dallin H. Oaks, do Quórum dos Doze Apóstolos. "The Keys and Authority of the Priesthood" [As Chaves e a Autoridade do Sacerdócio]. Conferência Geral de Abril de 2014 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de abril de 2014. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2014/04/the-keys-and-authority-of-the-priesthood?lang=eng>.

Élder David A. Bednar, do Quórum dos Doze Apóstolos. "Honorably Hold a Name and Standing" [Ter um Nome e uma Posição Honrosos]. Conferência Geral de Abril de 2009 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de abril de 2009. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2009/04/honorably-hold-a-name-and-standing?lang=eng>.

Élder Joseph B. Wirthlin, do Quórum dos Doze Apóstolos. "The Virtue of Kindness" [A Virtude da Bondade]. Conferência Geral de Abril de 2005 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de abril de 2005. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2005/04/the-virtue-of-kindness?lang=eng>.

Élder Karl D. Hirst, dos Setenta, Élder Karl D. Hirst, dos Setenta. "O Favorito de Deus". Conferência Geral de Outubro de 2024 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 5 de outubro de 2024. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2024/10/14hirst?lang=eng>.

Élder Ronald A. Rasband, do Quórum dos Doze Apóstolos. "How Great Will Be Your Joy" [Quão Grande Será Sua Alegria]. Conferência Geral de Outubro de 2023 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 30 de outubro de 2023. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2023/10/28rasband?lang=eng>.

Élder Russell M. Nelson, do Quórum dos Doze Apóstolos. "Ouvir para Aprender". Conferência Geral de Abril de 1991 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de abril de 1991. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/1991/04/listen-to-learn?lang=eng>.

Fear, Michael J. "The Merits of Christ: Fallen Humanity's Hope for Redemption" [Os Méritos de Cristo: A Esperança de Redenção da Humanidade Caída]. The Merits of Christ [Os Méritos de Cristo]: Fallen Humanity's Hope for Redemption [Os Méritos de Cristo: A Esperança de Redenção da Humanidade Caída]. Acessado em 26 de novembro de 2024. <https://rsc.byu.edu/living-book-mormon-abiding-its-precepts/merits-christ-fallen-humanitys-hope-redemption>.

Freeman, Emily Belle. "Getting Started" [Começando]. EMILY BELLE FREEMAN: Inklings. Acessado em 26 de novembro de 2024. <https://www.emilybellefreeman.com/getting-started>.

Gregerson, Anne. "Offering" [Oferta]. Book of Mormon Art Catalog, 12 de novembro de 2024. <https://bookofmormonartcatalog.org/catalog/offering-2/>.

Hilton, John. "Aula 50 - Morôni 1-7: Não Negarei o Cristo". John Hilton III: O Livro de Mórmon: A Masterclass. Acessado em 26 de novembro de 2024. <https://johnhiltoniii.com/thebookofmormon/class-50-moroni-1-7-i-will-not-deny-the-christ/>.

"Ministro da Solidão: 'É mais importante do que nunca tomar uma atitude'". De: Department for Digital, Culture, Media & Sport, Office for Civil Society and Baroness Barran MBEGOV.UK, 17 de junho de 2021. <https://www.gov.uk/government/news/loneliness-minister-its-more-important-than-ever-to-take-action>.

Michelle Craig Primeira conselheira na presidência geral das Moças. "Spiritual Capacity" [Capacidade espiritual]. Conferência Geral de Outubro de 2019 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 5 de outubro de 2019. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2019/10/15craig?lang=eng>.

Peterson, H. Donl. "Morôni, o Último dos Profetas Nefitas". Morôni, o Último dos Profetas Nefitas . Acessado em 26 de novembro de 2024. <https://rsc.byu.edu/book-mormon-fourth-nephi-through-moroni-zion-destruction/moroni-last-nephite-prophets>.

Presidente Dallin H. Oaks, Primeiro Conselheiro na Primeira Presidência. "The Need for a Church" [A necessidade de uma Igreja]. Conferência Geral de Outubro de 2021 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de outubro de 2021. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2021/10/18oaks?lang=eng>.

Presidente Emily Belle Freeman Presidente Geral das Moças. "Viva à altura de seus privilégios". Conferência Geral de Outubro de 2024 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 5 de outubro de 2024. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2024/10/13freeman?lang=eng>.

Presidente Gordon B. Hinckley, Primeiro Conselheiro na Primeira Presidência. "Some Lessons I Learned as a Boy" [Algumas Lições que Aprendi Quando Era Menino]. Conferência Geral de Abril de 1993 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de abril de 1993.

<https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/1993/04/some-lessons-i-learned-as-a-boy?lang=eng>.

Presidente Gordon B. Hinckley Primeiro Conselheiro na Primeira Presidência. "O Sacerdócio Aarônico - Um Dom de Deus". Conferência Geral de Abril de 1988 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 4 de abril de 1988. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/1988/04/the-aaronic-priesthood-a-gift-from-god?lang=eng>.

Presidente Gordon B. Hinckley Presidente da Igreja. "Convertidos e Rapazes". Conferência Geral de Abril de 1997 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de abril de 1997. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/1997/04/converts-and-young-men?lang=eng>.

Presidente Russell M. Nelson Presidente de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias. "O Senhor Jesus Cristo voltará novamente". Conferência Geral de Outubro de 2024 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 6 de outubro de 2024. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2024/10/57nelson?lang=eng>.

Presidente Russell M. Nelson Presidente do Quórum dos Doze Apóstolos. "Joy and Spiritual Survival" [Alegria e sobrevivência espiritual]. Conferência Geral de Outubro de 2016 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de outubro de 2016. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2016/10/joy-and-spiritual-survival?lang=eng>.

Reyna I. Aburto Segunda Conselheira na Presidência Geral da Sociedade de Socorro. "We Are The Church of Jesus Christ of Latter-Day Saints" [Nós somos A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias]. Conferência Geral de Abril de 2022 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de abril de 2022. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2022/04/13aburto?lang=eng>.

"Vídeos de Fortalecimento dos Novos Membros". Fortalecimento dos Novos Membros - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias. Acessado em 26 de novembro de 2024. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/video/new-members?lang=eng>.

Swensen, Jason. "Presidente Nelson invoca 5 esperanças e bênçãos para os novos líderes da missão". Church News, 11 de janeiro de 2024. <https://www.thechurchnews.com/2019/6/23/23221040/president-nelson-2019-mission-leadership-seminar/>.

Vivek Murthy, M.D. MBA, 19º e 21º Cirurgião Geral dos Estados Unidos, Vice-Almirante, Serviço de Saúde Pública dos Estados Unidos. "Our Epidemic of Loneliness and Isolation" (Nossa epidemia de solidão e isolamento). Serviços de Saúde e Humanos, Estados Unidos. Acessado em 27 de novembro de 2024. <https://www.hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-social-connection-advisory.pdf>.

Watson, Wendy. "Let Your Spirit Take the Lead" [Deixe seu espírito assumir a liderança]. Deseret Book: Livros, DVDs, música, arte e muito mais para as famílias SUD - Deseret Book. Acessado em 26 de novembro de 2024. https://www.deseretbook.com/product/5088820.html?srsItd=AfmBOopMPfYdWIfW2voEcJIPixNcY8rfB-gMDzHdQizIm_4EkY-9ZwRi.

Informações biográficas:



Shalise nasceu e cresceu em Logan, Utah. Ela estudou na Universidade Estadual de Utah, onde fez doutorado em Audiologia e bacharelado em Distúrbios da Comunicação. Shalise é audiologista clínica desde 2008 e adora o que faz! Atualmente, ela é Diretora de Audiologia na Southwest Idaho Hearing and Balance em Boise, ID

Aviso de uso justo:

O *podcast Follow Him com Hank Smith e John Bytheway* pode fazer uso de material protegido por direitos autorais, cujo uso nem sempre foi especificamente autorizado pelo detentor dos direitos autorais. Isso constitui um "uso justo" e qualquer material protegido por direitos autorais, conforme previsto na seção 107 da Lei de Direitos Autorais dos EUA. De acordo com o Título 17 U.S.C. Seção 107, o material deste podcast é oferecido publicamente e sem fins lucrativos, para uso público ou na Internet para comentários e fins educacionais e informativos sem fins lucrativos. Isenção de direitos autorais De acordo com a Seção 107 da Lei de Direitos Autorais de 1976, é permitido o uso "justo" para fins como crítica, comentário, reportagem, ensino, bolsa de estudos e pesquisa. Nesses casos, o uso justo é permitido.

Nenhum direito autoral é reivindicado.

O conteúdo é transmitido para fins de estudo, pesquisa e educação.

A emissora não obtém lucro com o conteúdo transmitido. Isso se enquadra nas diretrizes de "Uso Justo": www.copyright.gov/fls/fl102.html.

Observação:

O *podcast Follow Him com Hank Smith e John Bytheway* não é afiliado a A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias nem à Universidade Brigham Young. As opiniões expressas nos episódios representam apenas o ponto de vista do convidado e dos podcasters. Embora as ideias apresentadas possam variar dos entendimentos ou ensinamentos tradicionais, elas não refletem de forma alguma uma crítica aos líderes, políticas ou práticas de A Igreja de Jesus Cristo dos Últimos Dias.



- Hank Smith: 00:04 Olá, amigos, bem-vindos a mais um episódio de followHIM. Meu nome é Hank Smith, sou o apresentador. Estou aqui com meu co-apresentador errante, John Bytheway. John, Morôni diz: "Eu vagueio". E sei que você adora Morôni, então pensei que você poderia ser meu co-apresentador errante.
- John Bytheway: 00:22 Sou uma obra maravilhosa em um vagar.
- Hank Smith: 00:24 Sim. Oh, John, você é tão rápido em coisas como essa. John, estamos nos capítulos iniciais de Morôni 1-6, embora não haja muito conteúdo aqui.
- John Bytheway: 00:40 Algumas páginas, sim.
- Hank Smith: 00:42 John, você escreveu um livro sobre Morôni, então fale comigo, o que você está esperando?
- John Bytheway: 00:48 Parece que ele não planejava fazer isso e, quando aparece no capítulo um de Morôni, ele diz: "Bem, tenho algumas coisas a dizer que podem ser úteis para meus irmãos lamanitas em algum dia futuro". E então nos dá Morôni 1-10. Está brincando? Algumas das melhores coisas, capítulos e percepções, e depois a Promessa de Morôni, estou muito feliz por ele ter decidido continuar. Então, é divertido ver o que ele decidiu incluir uma vez em Éter e outra vez em Mórmon, parece que ele está se despedindo e depois volta.
- Hank Smith: 01:20 John, para nos ajudar hoje, temos a Dra. Shalise Adams conosco. Shalise, o que você espera ver em Morôni 1-6?
- Dra. Shalise Adams: 01:29 No início do Livro de Mórmon, somos ensinados a comparar as escrituras a nós mesmos. Até o final do Livro de Mórmon, espero que sejamos muito bons nesse processo de aplicação. Esses 25 versículos são familiares para nós e, às vezes, é fácil passar despercebidos, mas eles são muito importantes. E para Morôni dedicar tempo para incluí-los, deve haver algo mais que precisamos examinar novamente.
- Hank Smith: 01:55 Eu adoro isso. John, Shalise, vocês estão certos, há mais aqui do que se imagina. Estamos quase terminando o livro, estamos

ansiosos para dizer: "Eu li o Livro de Mórmon". Mas vá devagar por um segundo e pare aqui, porque se você fizer uma leitura atenta, há mais aqui que pode realmente abençoar sua vida. Agora, John, Shalise nunca esteve conosco antes, mas para você e para mim, Shalise é uma velha amiga. Conheço a Shalise, acho que há 20 anos.

- Dra. Shalise Adams: 02:25 Perto, sim.
- Hank Smith: 02:27 Mas John, não sei se nosso público saberá quem ela é, então você pode apresentá-la?
- John Bytheway: 02:31 Com certeza. A Dra. Shalise Adams, agora nós a conhecemos, Hank, porque eles costumavam fazer o Boise Youth Spectacular, e Shalise estava muito envolvida nisso. Foi assim que conheci Shalise, uma pessoa encantadora, uma daquelas pessoas que teve um impacto tremendo sobre os jovens de Boise. Estamos muito felizes por ter Shalise conosco, ela nasceu em Hyde Park. Hyde Park não soa meio britânico? Eu nasci no Hyde Park.
- Dra. Shalise Adams: 03:02 Muito apropriado.
- John Bytheway: 03:04 Hyde Park. E sim, seus pais ainda estão lá, ela tem cinco irmãos. Shalise tem doutorado em audiologia pela Universidade Estadual de Utah, e isso é audição. E eu estou olhando para isso, como se escreve audiologia, pensando que talvez seja como auditório e coisas assim, talvez venha da mesma palavra onde você vai para ouvir. Ela é bacharel em distúrbios da comunicação e é diretora de audiologia em uma clínica em Boise.
- Dra. Shalise Adams: 03:35 Estou feliz por estar aqui.
- Hank Smith: 03:37 Estou muito feliz, há muito tempo que estou esperando por essa gravação. Vamos começar, vou ler o [manual do Come, Follow Me](#). Essa lição se chama "Para mantê-los no caminho certo". Ela começa assim: "Depois de terminar o registro dos nefitas feito por seu pai e resumir o registro dos Jareditas, Morôni achou que seu trabalho de manutenção de registros estava concluído. O que mais havia a dizer sobre duas nações que foram totalmente destruídas? Mas Morôni tinha visto o nosso tempo e foi inspirado a escrever mais algumas coisas que talvez pudessem ser úteis em algum dia futuro". Isso é um eufemismo. "Ele sabia que a apostasia generalizada estava chegando, trazendo consigo confusão sobre as ordenanças do sacerdócio e sobre a religião em geral. Talvez seja por isso que ele deu detalhes esclarecedores sobre o sacramento, o batismo, a concessão do Espírito Santo e as bênçãos de reunir-se com outros fiéis para manterem-se no caminho certo, confiando somente nos méritos de Cristo, que é o autor e consumidor de nossa fé. Percepções preciosas como essas nos dão motivos para

sermos gratos pelo fato de o Senhor ter preservado a vida de Morôni para que ele pudesse escrever mais algumas coisas."

- 04:45 Oh, cara, quem quer que esteja escrevendo este manual, continue, você está indo muito bem. Com isso, Shalise, por onde queremos começar? Essa não é uma seção longa, como você disse, 25 versículos.
- Dra. Shalise Adams: 04:56 Gostaria de dar uma olhada no versículo um. Morôni diz: "Suponho não ter mais escrito, mas ainda não pereci". Talvez Morôni também estivesse bastante animado para terminar esse livro. Ele diz formalmente três vezes diferentes: "Terminei". Duas vezes nos primeiros quatro versículos, ele até diz: "Achei que não escreveria mais". Acredito que ele também tenha terminado aqui, mas quero voltar um pouco atrás e analisar a jornada de Morôni. Quando conhecemos Morôni pela primeira vez, ele está no meio de uma série de coisas realmente difíceis. Seu povo está em guerra e não está vencendo, a situação não parece boa, seu mundo está desmoronando e ele está bastante desamparado para mudar alguma coisa, e então seu pai morre e ele fica realmente sozinho.
- 05:45 Em Mórmon 8, quero que você ouça algumas dessas frases. Sinta como Morôni está se sentindo. Ele diz: "Não tenho amigos nem para onde ir. Meu pai e todos os meus parentes foram mortos em batalha. Estou sozinho para escrever a triste história da destruição de meu povo. Não sei quanto tempo viverei e para onde irei, não importa". Você consegue sentir essa solidão? Ele está sozinho por um longo tempo. Sabemos que são 36 anos, isso é de partir o coração, mas não acho que seja muito diferente de muitos de nós. Talvez não estejamos nessas circunstâncias, mas a solidão é algo que temos que experimentar nesta vida e todo mundo experimenta. Quando foi que você se sentiu assim, tipo: "Não tenho amigos, não pertencço a esse lugar, minha vida é difícil, não importa o que eu faça, não sei para onde estou indo"? Acho que todos nós nos sentimos assim.
- Hank Smith: 06:38 Shalise, você está me fazendo chorar aqui no início, não faça isso comigo. Em minha esfera local, aqui ensinando em Provo, há uma epidemia de solidão. Foi isso que o presidente da BYU, [Shane Reese](#), disse: "Aqui temos 35.000 santos dos últimos dias", e isso é apenas para os alunos, sem contar todos os funcionários, "muitos deles são solitários".
- Dra. Shalise Adams: 07:03 Bem, você não acha que a solidão ocorre porque as pessoas não veem sua situação, não a entendem, não compreendem como você está se sentindo? É por isso que nos sentimos solitários, porque sentimos que ninguém está conosco.
- John Bytheway: 07:16 Morôni, ele não tem ninguém com quem conversar, é muito interessante que todo o seu foco tenha mudado para nós no

futuro. Não podemos responder, mas ele se importou o suficiente para dizer: "Deixe-me contar mais algumas coisas que o abençoarão". De seu lugar de solidão. Rapaz, ainda bem que, com a epidemia de solidão que está acontecendo, não tivemos que passar por uma pandemia ou algo assim.

- Hank Smith: 07:44 Cara, você consegue imaginar?
- John Bytheway: 07:46 Só espero que o que fizermos hoje ajude aqueles que estão se sentindo solitários e talvez lhes dê alguém com quem se identificar de alguma forma.
- Hank Smith: 07:57 Eu adoro isso, John.
- Dra. Shalise Adams: 07:58 Acho que a solidão é algo que temos que abordar e lidar, e acho que é apropriado ficar nessa tristeza ou nesse sentimento por um tempo, mas acho que a primeira coisa que aprendemos com Morôni é que não podemos ficar lá. Morôni termina os registros de seu pai e acha que já terminou, termina as placas Jareditas e acha que já terminou, mas ainda assim, não, o Senhor ainda tem algo para ele fazer. Às vezes, temos de nos sentar em um lugar desconfortável por mais tempo do que gostaríamos, e seria fácil desistir e dizer: "Não quero mais fazer isso, ou não posso, ou por que eu, ou estou cansado". Morôni escolhe fazer algo diferente, ele escolhe ser produtivo e prestar serviços a pessoas que ele nem conhece. Sabe-se lá em que caverna ele está escondido porque está fugindo para salvar sua vida, mas ele ainda está tentando ser produtivo e se envolver na obra de Deus, e é isso que temos de fazer para combater esse sentimento de solidão ou esse lugar em que estamos sentados.
- Hank Smith: 08:58 Essa é uma visão maravilhosa, porque às vezes o sofrimento é: o que eu faço? Tenho que ler isso para você. O [Cirurgião Geral](#) dos Estados Unidos fez uma declaração sobre a solidão. Dizia mais ou menos o seguinte: "A solidão generalizada nos Estados Unidos apresenta riscos à saúde tão mortais quanto fumar até 15 cigarros por dia. Sabemos agora que a solidão é um sentimento comum que muitas pessoas experimentam, como a fome ou a sede. É um sentimento que o corpo nos envia quando algo que precisamos para sobreviver está faltando."
- 09:36 Acho que já mencionei isso antes, John. Sei que o governo do Reino Unido chegou a nomear um [Secretário da Solidão](#), porque estavam encontrando pessoas que haviam falecido em suas casas e já fazia meses. Elas não tinham amigos, ninguém estava cuidando delas. O que você nos deu, Shalise, eu adoro isso. Ainda posso participar da obra de Deus. Morôni diz: "Bem, eu pensei que já tinha terminado". É quase como se ele dissesse: "Vou me recusar a ficar sentado, vou fazer alguma coisa". O que você disse? Algo produtivo.

- Dra. Shalise Adams: 10:12 Você acha que quando Morôni aparece a Joseph Smith e lhe diz que a plenitude do evangelho está contida nesse livro, talvez ele tenha pensado: "Aquela coisa difícil que fiz foi boa, estou bem. Acabou sendo o melhor e Deus realmente me protegeu"? [O presidente Nelson](#) disse: "Os santos podem ser felizes em qualquer circunstância. Podemos sentir alegria mesmo quando estamos tendo um dia ruim, uma semana ruim ou um ano ruim. Meus queridos irmãos e irmãs, a alegria que sentimos tem pouco a ver com as circunstâncias de nossa vida e tudo a ver com o foco de nossa vida. A alegria vem dele e por causa dele, ele é a fonte de toda alegria, Jesus Cristo é alegria." Hoje, na verdade, esperamos que o que estamos tentando descobrir é como podemos suportar qualquer uma das provações pelas quais estamos passando e encontrar alegria e propósito no meio delas.
- Hank Smith: 11:03 Shalise, o que você está falando agora é incrivelmente relevante. Quase posso sentir nossos ouvintes pensando: "Sim, sou eu, o que você quer que eu faça? O que devo fazer?" Espero que todos os ouvintes permaneçam conosco enquanto Shalise expõe isso.
- Dra. Shalise Adams: 11:20 Ao ver diferentes pessoas e amigos passarem por coisas difíceis, fiz uma lista só nas últimas semanas: o falecimento de alguém querido, ver pessoas passarem por algo difícil em que não podemos ajudar, doenças mentais ou vícios, lidar com um diagnóstico difícil e não conseguir pagar as contas, não poder ter a família ou as circunstâncias que você imaginava ter, e a lista continua. Para onde quer que olhemos, encontramos pessoas que estão lutando contra esse sentimento de solidão, e isso faz parte da vida.
- Hank Smith: 11:53 Lembro-me de quando minha incrível sogra faleceu. Eu estava conversando com meu sogro, e como você está? E ele disse: "Estou solitário, mas estou solitário principalmente por ela". Portanto, não foi algo do tipo: "Ei, vou apenas cercá-lo de netos". E isso seria bom, ele adora os netos, mas gostei do que você disse, o falecimento, a perda de um ente querido, pode fazer com que eu me sinta solitário por essa pessoa, sinto como se tivesse perdido uma parte de mim.
- Dra. Shalise Adams: 12:24 Você pode se sentir solitário em muitas circunstâncias, pode se sentir solitário e estar cercado de pessoas. Não se trata necessariamente de estar isolado fisicamente.
- John Bytheway: 12:37 Lembro-me de que, em um episódio anterior, falamos sobre o capítulo 8 de Mórmon, e quando Morôni diz: "Quer saber? Vou parar de falar a respeito deste povo. Eu sou Morôni, sou um filho de Mórmon e vou terminar este registro". Ele passa por um período em que sente a solidão, como você disse, e então qual é a frase que às vezes usam na terapia? Ele se cansou de estar doente e cansado e disse: "Eu sou assim, é isso que vou fazer. Vou

terminar esse disco". E esse é um ponto de virada incrível para Morôni, quando ele encontra um propósito que o deixa animado, e somos muito gratos por isso ter acontecido.

- Hank Smith: 13:17 De repente, lembro-me de ensinar isso quando era um jovem professor do seminário. Estávamos falando sobre Morôni e sobre como ele deve ter sido solitário. Uma aluna levantou a mão e disse: "O que ele fez em seu aniversário?" E eu perguntei: "O quê?" E ela disse: "O que ele fez em seu aniversário?" E eu perguntei: "Quem?" Ela disse: "Morôni. Você não consegue imaginá-lo?" E então ela fez assim, como se estivesse comendo um cupcake, ela disse: "Feliz aniversário, querido Morôni, feliz aniversário para mim". E apagou a vela. Ela olhou para mim e para outra garota da classe, lembro que seu nome é Kirsten, e disse: "Isso é muito triste". E começou a chorar de verdade. Eu não deveria rir disso, mas vou me lembrar, foi há 20 anos e ainda me lembro de um momento tão engraçado.
- John Bytheway: 14:13 É muito engraçado que um adolescente pergunte: "Mas e o seu aniversário?" Estou em um ponto em que não quero mais aniversários, nem que ninguém saiba.
- Hank Smith: 14:25 Ok, isso é engraçado. Muito bem, Shalise, o que devemos fazer a seguir?
- Dra. Shalise Adams: 14:28 Capítulo Um. Este livro começa com muita incerteza, sobre a qual já falamos, mas também com muito testemunho. Minha parte favorita sobre isso é que ambos podem existir. Você pode ter incerteza e talvez não saber quais são seus próximos passos. Morôni é bastante honesto sobre não saber o que virá a seguir, mas o testemunho também está lá. No versículo um, ele diz: "Não me dou a conhecer aos lamanitas, para que não me destruam. E por causa de seu ódio, eles matam todos os nefitas que não negam o Cristo". E então
- Dra. Shalise Adams: 15:00 Aqui está seu testemunho.
- John Bytheway: 15:01 Morôni 1:3 "Eu, Morôni, não negarei o Cristo. Portanto, vagueie por onde quer que possa para a segurança de minha própria vida."
- Dra. Shalise Adams: 15:13 Essa determinação é o que nos impulsiona para todos os demais capítulos. É aqui que tudo começa para Morôni, provavelmente, mas também para todos nós. Nosso testemunho de Jesus Cristo torna tudo o mais suportável e tudo o mais fácil. Acho que é fácil para nós pensar em todas as maneiras pelas quais negamos Cristo, mas quero que pensemos um pouco sobre o que significa o oposto disso. O que significa não negar? Como isso se parece em nossa vida?

- Hank Smith: 15:41 Gostei muito dessa reviravolta. Posso testemunhar muito, mas há momentos em que não vou negar?
- Dra. Shalise Adams: 15:49 Bem, acho que pode ser tão simples quanto deixá-lo entrar em nossas vidas ou permitir que ele entre, aceitando as coisas que nos são ensinadas. Não desistir do que está acontecendo.
- Dra. Shalise Adams: 16:02 Acho que também é permitir que esse testemunho governe nossa vida e o resultado de nossa vida e como a administramos. É pedir um relacionamento com o Salvador que pode nos mudar.
- Hank Smith: 16:13 Gosto do limite que ele estabelece. Não negarei o Cristo. Pode haver benefícios se eu o fizer, mas não o farei.
- 16:23 Lembro-me de que uma aluna, há muito tempo, disse algo que me tocou e por isso escrevi. Ela me contou que estava saindo de uma festa ou algo assim e que tinha ido embora sozinha. Algo estava acontecendo e ela pensou: isso não é bom, eu não deveria estar aqui. Ela disse a alguns amigos que estava indo embora e eles disseram: "Bem, eu vou ficar". Então ela foi para casa sozinha e eu disse, oh, meio triste, e ela disse, não, na verdade não. Prefiro ir para casa com o Espírito Santo e não com os amigos do que com os amigos e sem o Espírito Santo. Então foi como uma linha. Há certas coisas que eu não faço, não importa o que aconteça.
- Dra. Shalise Adams: 17:00 Você tem que fazer uma escolha. Nesse mesmo versículo, Morôni ainda diz: "Eu vagueio", portanto, ainda foi um esforço e ainda foi difícil, mas essa é a escolha que você fez. Essa é a linha que você traçou.
- Hank Smith: 17:14 Pode não dar certo, certo? Pode ser que não. Eu não negarei o Cristo e, então, deve ser como um vídeo da igreja em que todas essas coisas maravilhosas acontecem porque você não negou.
- John Bytheway: 17:23 Adoro o fato de você ter destacado que há um absoluto na vida de Morôni. Há um "não negarei o Cristo". Tudo o mais é desconhecido, mas há uma coisa que é conhecida, que é sua rocha. Por definição, vagar significa que você não sabe para onde está indo, mas sabe sobre quem construiu sua vida. Adoro o fato de que, se eu tiver essa certeza de que existe um Cristo, poderei lidar com as incógnitas.
- Dra. Shalise Adams: 17:50 Essa é uma decisão que tomamos todos os dias. Não é algo que tomamos uma vez e pronto. É algo com o qual temos de nos comprometer continuamente e manter essa determinação.
- Hank Smith: 18:01 Shalise, já tenho anotações aqui apenas nesta página. Temos que passar para a próxima página porque estou sem espaço.

- Dra. Shalise Adams: 18:09 Antes de irmos, tenho apenas um pensamento do [Presidente Nelson](#) em sua última conferência. Ele fala exatamente sobre isso. Ele diz: "Minha decisão de seguir Jesus Cristo é a decisão mais importante que já tomei. Durante a faculdade de medicina, adquiri um testemunho da divindade de Deus, o Pai, e de Seu filho, Jesus Cristo. Desde então, nosso Salvador tem sido a rocha sobre a qual construí minha vida. Essa escolha fez toda a diferença. Essa decisão tornou muitas outras decisões mais fáceis. A decisão me deu propósito e direção. Ela também me ajudou a enfrentar as tempestades da vida."
- John Bytheway: 18:44 Uau. Essa é uma citação perfeita para esse sentimento no primeiro capítulo de "Tomei a decisão de seguir a Cristo". Adoro o fato de ele dizer, no lado oposto, que não me dou a conhecer aos meus inimigos, e isso é como o capitão óbvio. Eu não vou aonde meus inimigos estão. Não vou até lá. Há uma aplicação para nós. Não vou aonde sei que posso ser fraco, tentado ou comprometido, para a segurança de minha própria vida, para a segurança de meu próprio espírito. Não vou para onde estão meus inimigos. Decidi seguir a Cristo. Essa ideia me agrada.
- Dra. Shalise Adams: 19:16 Você não acha que é como se estivéssemos em lugares sagrados, porque é onde estamos seguros, e acho que é isso que ele está fazendo também. Quando estou vagando, é porque estou indo para onde sei que posso estar seguro e encontrar segurança.
- Hank Smith: 19:31 Pessoal, agora tenho que escrever mais. Estou ficando sem espaço nos meus pratos e ou não tenho nenhum, certo?
- John Bytheway: 19:38 Antigamente, era preciso ir até o grande e espaçoso edifício para encontrar a tentação, mas agora o grande e espaçoso edifício encontra você.
- Hank Smith: 19:47 Vamos para a próxima página porque tenho espaço para escrever.
- Dra. Shalise Adams: 19:54 Depois de tomarmos essa decisão, os capítulos seguintes são as coisas que nos ajudam a ser firmes nesse testemunho. Os capítulos seguintes incluem práticas sagradas que nos ajudam a convidar Jesus Cristo para nossa vida e nos permitem ajudar e apoiar o testemunho com o qual estamos tentando nos comprometer repetidamente. Na solidão de Morôni, você acha que talvez algumas dessas coisas sejam as que ele mais sentiu falta? Ou as coisas que ele queria que soubéssemos que nos ajudariam nessas circunstâncias?
- Hank Smith: 20:22 Shalise, você vai me fazer chorar de novo. Sim, posso imaginá-lo falando, eu me lembro de como era estar perto de santos e essas coisas acontecerem.

- Dra. Shalise Adams: 20:32 Os próximos cinco capítulos sobre os quais falaremos são como o manual da igreja. Apesar de o Salvador já ter ensinado todas essas coisas, talvez seja um pouco mais detalhado e um pouco mais específico sobre a maneira como devemos fazer as coisas.
- 20:46 Os capítulos dois e três falam sobre a autoridade formal do sacerdócio e o dom do Espírito Santo. Os capítulos quatro e cinco são as orações sacramentais, e o capítulo seis trata de como funcionamos como igreja e a importância disso.
- Hank Smith: 21:03 E vindo de alguém que é solitário, isso o torna ainda mais comovente.
- Dra. Shalise Adams: 21:07 Vamos examinar os capítulos um de cada vez. O capítulo dois começa ensinando que o Espírito Santo existe para todos os seguidores de Cristo, e acho que Morôni talvez soubesse da importância desse dom específico para qualquer pessoa que esteja tentando tomar decisões na vida. Para alguém que esteja tentando liderar uma ala ou um grupo de moças ou ensinar uma classe da Primária. Muito bem, vamos para a segunda parte.
- John Bytheway: 21:28 Morôni 2: 1. "As palavras de Cristo, que ele disse a seus discípulos, os 12 que ele havia escolhido quando lhes impôs as mãos."
- Dra. Shalise Adams: 21:38 Aqui estamos apenas estabelecendo a linha de autoridade que o Espírito Santo passa para os discípulos, mas tudo vem de Jesus Cristo. É aí que as coisas começam.
- Hank Smith: 21:47 Eu realmente gosto disso. Ele não está dizendo: "Eu inventei isso sozinho".
- Dra. Shalise Adams: 21:51 Não. Continue no versículo dois.
- John Bytheway: 21:55 Versículo dois. "E chamou-os pelo nome, dizendo: Invocareis o Pai em meu nome, em oração poderosa, e depois de haverdes feito isso, tereis poder para dar o Espírito Santo àquele sobre quem impuserdes as mãos, e em meu nome o dareis, porque assim fazem os meus apóstolos."
- Dra. Shalise Adams: 22:13 Há tantas coisas nesse versículo que eu adoro. Adoro o fato de que ele começa chamando-os pelo nome. Adoro o fato de que seu nome é algo importante. Quando chamamos alguém pelo nome, essa pessoa se sente amada. Definitivamente, sou culpado de dizer "ei, amigo" ou "ei". Quando alguém usa seu nome, há uma conexão mais profunda.
- Hank Smith: 22:33 Isso se refere à sua natureza. Ele é um Salvador um a um. Já falamos sobre isso várias vezes este ano.

- Dra. Shalise Adams: 22:41 Sim. É importante também que, por sua vez, nós o chamemos pelo nome. Invocamos o Pai em nome de Jesus Cristo. [O Élder Rasband](#) disse que invocar o nome de Jesus traz poder e luz para uma situação. Acho muito interessante que essa coisa simples que podemos fazer a qualquer momento traga luz para nossa vida. Acho que não pensamos nisso quando estamos fazendo nossas orações pela manhã, mas é realmente o que está acontecendo.
- Hank Smith: 23:09 Essa conexão, eu e você. E você provavelmente poderia usar isso em qualquer lugar da vida.
- Dra. Shalise Adams: 23:14 Ah, claro.
- Hank Smith: 23:16 Estou convidando você para o meu trabalho. Estou convidando-o para minha carreira, meu relacionamento com meus filhos. Por favor, estou convidando-o. Estou invocando seu nome.
- Dra. Shalise Adams: 23:25 Em seguida, diz que eles invocam o Pai em poderosa oração. Somente depois de terem feito isso é que algo mais acontece. Isso me leva a crer que o recebimento do Espírito Santo pode acontecer, mas a pessoa que confere esse dom precisa estar suficientemente envolvida com o Senhor para pedir Sua ajuda primeiro.
- 23:45 No versículo três, está escrito: "Sobre todos os que impuseram as mãos, caiu o Espírito Santo". Adoro o fato de que não importava quem você era, se isso era algo que você desejava, muitos poderiam receber. Não há limites, e para aqueles de nós que não queriam que o Terceiro Néfi terminasse, isso é mais. São coisas mais detalhadas do Salvador que encontramos aqui neste capítulo.
- Hank Smith: 24:07 Sim, esse sou eu. Quando o mórmon diz: "Não posso lhe dizer um centésimo do que Jesus ensinou, por favor, diga-me dois centésimos do que Jesus pensava". Aqui temos um pouco mais.
- Dra. Shalise Adams: 24:19 Temos o Espírito Santo como algo que nos é dado, mas nessa oração, corrija-me se eu estiver errado, nos é dito para recebermos o Espírito Santo, portanto, é algo que tem de ser uma coisa ativa de nossa parte também. Quando o dom do Espírito Santo é concedido, a pessoa que está conferindo o dom usa as palavras "receba o Espírito Santo", isso não acontece por acaso. Você precisa recebê-lo. Se um convidado importante está chegando à sua casa, como você se prepara para isso? Com o Espírito Santo não é diferente. Temos de abrir espaço. Temos de fazer com que ele se sinta confortável. Não podemos fazer coisas que façam com que esse dom vá embora.
- 25:08 Uma das coisas que mais gosto de fazer em meu trabalho é ajudar as pessoas a ouvir. Agora, para a maioria de nós, a audição diminui

gradualmente com o tempo, à medida que nossos ouvidos envelhecem, é isso que acontece. Não se pode impedir que isso aconteça, mas como ocorre de forma tão gradual, muitas vezes as pessoas não percebem que perderam algo até que fique difícil se comunicar ou até que fique difícil ouvir um neto ou um cônjuge ou até que eu não consiga ouvir nenhum ruído de fundo. Quando se deparam com uma situação difícil o suficiente, elas me procuram ou procuram alguém que possa ajudá-las.

25:46 Quando eles reconhecerem que algo está faltando, que é difícil e que estão motivados a fazer algo a respeito, então poderemos começar a trabalhar. Mas só então eles precisam se comprometer com esse processo.

25:56 É bastante individual. O que funciona para uma pessoa não funciona para todas. Começamos fazendo um teste auditivo ou um audiograma e descobrimos as áreas de déficit que a pessoa tem ou o grau de perda. Em seguida, escolhemos uma solução de amplificação ou um aparelho auditivo adequado, e nem todos são iguais. Nem todos são criados da mesma forma. Em seguida, tiramos algumas medidas do seu canal auditivo para nos certificarmos de que é apropriado especificamente para você. Em seguida, ajustamos o aparelho auditivo.

26:26 Agora, logo no início, devolvemos todo esse som porque o perdemos gradualmente ao longo do tempo. É muito. Nosso cérebro diz: "Ah, não sei se estou gostando disso". Uma paciente veio até mim e disse: "Ah, está muito alto, podemos abaixar o volume? E assim fizemos. Ela disse que ainda estava muito alto, então baixamos o volume novamente e eu não conseguia fazer essa mulher feliz. Então, desliguei o som e ela disse: isso é perfeito. Estou muito feliz.

26:50 Obviamente, ela não estava pronta para esse processo, mas a questão é que não nos sentimos confortáveis com esse dispositivo até que o usemos de forma consistente, até que aprendamos a ouvir novamente. Portanto, temos de treinar novamente o cérebro para ouvir todos esses sons, mas só porque o temos, se ele acabar em uma gaveta, não adianta nada, ou se só o usamos quando saímos para jantar com os amigos, não adianta nada porque é sempre estranho. Tem de ser algo que usamos de forma consistente, e o espírito não é diferente. Não adianta nada se o usarmos apenas quando estivermos fazendo uma coisa realmente difícil ou se o guardarmos em uma gaveta. Sabemos que o temos, mas não nos esforçamos para que ele funcione para nós.

Hank Smith: 27:33 E apenas, ei, sempre que eu precisar do Espírito Santo, eu o usarei, mas não diariamente. Você já teve de ir atrás dos pacientes para dizer: "Ei, nós conversamos sobre isso.

- Dra. Shalise Adams: 27:45 Ah, sim. Nos aparelhos auditivos, normalmente consigo ver com que frequência eles estão usando o dispositivo, e não costumo dizer aos pacientes que consigo ver isso, mas se alguém chega e diz que não está indo bem, ou que não gosta muito disso, posso dizer: "Bem, temos que usá-lo de forma consistente". É um processo. Eu tento ser simpático.
- Hank Smith: 28:03 Sim, tente ser legal. Isso se encaixa em minhas experiências com o Espírito Santo. Não pode ser um "ei, preciso muito de sua ajuda desta vez". É um relacionamento.
- John Bytheway: 28:13 Quantas lições já ouvimos sobre aprender a ouvir o Espírito Santo? A ideia de aprender a ouvir é muito interessante. Você pensaria que é apenas automático, mas o que você está dizendo, Shalise, é que você tem que aprender a ouvir. Gosto dessa ideia.
- Hank Smith: 28:29 Sim. Essa perda gradual da audição é um conceito interessante. Eu nem sei que estou perdendo a audição até que chegue um momento em que eu, espere, certo? Isso é diferente do que era há muito tempo.
- Dra. Shalise Adams: 28:44 Isso não é diferente do que acontece em nossa própria vida. Temos momentos bons e ruins e, aos poucos, chegamos a um ponto em que pensamos: "Ah, preciso melhorar", e assim o fazemos, e isso é importante.
- Hank Smith: 28:55 Nós nos dirigimos ao Senhor ou à Shalise e dizemos: "Não consigo mais ouvir. O que preciso fazer?"
- Dra. Shalise Adams: 29:05 Sim. Não é a mesma coisa para todo mundo. Nem sempre lidamos com essa situação da mesma forma, e não há problema nisso. Todos nós temos dons espirituais diferentes. Deus fala conosco de forma diferente e não há problema nisso.
- Hank Smith: 29:18 Sim. Adoro o fato de Jesus poder lhe dar um aparelho auditivo. Posso ajudá-lo a ouvir o Espírito Santo e talvez consultar as escrituras, orar, ler a conferência geral. De repente, sua audição volta, sua audição espiritual. John, você sempre diz isso. Espero que esteja ouvindo com seus ouvidos espirituais.
- John Bytheway: 29:40 Sim, não me lembro. Ouvei alguém dizer isso, e adoro a ideia de ouvir com seus ouvidos espirituais. De acordo com as escrituras, quem tem ouvidos para ouvir, que ouça. Eles estão ouvindo um pouco mais profundamente.
- 29:51 Quando eu era estudante da BYU, decidi fazer aulas de voo, algo que sempre quis fazer. Meu primeiro instrutor tinha fones de ouvido muito bonitos com um microfone

- John Bytheway: 30:00 para que eu pudesse ouvi-lo perfeitamente o tempo todo. Eu podia me concentrar no que estava fazendo à minha frente no avião. Depois ele se mudou e eu tive um novo instrutor, mas sem fones de ouvido. Você está sentado em um avião com uma hélice à sua frente. É um pouco barulhento. Descobri que, com meu novo instrutor, eu tinha de me inclinar. Eu tinha até que olhar. Descobri que havia um esforço extra e isso sempre me faz lembrar de 3 Néfi, onde diz que, dessa vez, eles abriram os ouvidos para ouvir, que fizeram algo diferente. Eles fizeram algo. Talvez isso seja a coisa de ouvir com seus ouvidos espirituais. Eles se aproximaram. Eles se aproximaram, porque alguns ouviram Jesus e disseram: "Huh", e foram embora, e outros estavam ouvindo de forma diferente e vieram e perguntaram mais a ele, e acho que é isso que estamos sendo solicitados a fazer.
- Dra. Shalise Adams: 30:53 O que a maioria de nós ouve é que simplesmente acontece, mas nós escolhemos o que dar lugar. Falando sobre 3 Néfi, todos provavelmente o ouviram, mas será que escolheram prestar atenção ou escolheram ouvir? [O Presidente Nelson](#) fala muito sobre ouvi-lo, mas ele também, em 1991, deu um discurso chamado Aprenda a Ouvir, e acho que ele está se referindo a isso. É preciso aprender o que ouvir. Acho que temos de ser bastante intencionais quanto a criar tempo e espaço para ouvir a voz de Deus ou ouvir o Espírito Santo e temos de reservar um tempo para que isso se torne claro, familiar e uma ferramenta utilizável. Não é algo que podemos colocar em uma gaveta. Temos de tirá-la e usá-la e estar familiarizados com ela, para que possa ser eficaz.
- Hank Smith: 31:35 Aposto que há pessoas ouvindo neste momento que sentem dois tipos de culpa. Não estou ouvindo bem o Espírito Santo e guardei meu aparelho auditivo na gaveta.
- Dra. Shalise Adams: 31:44 Essa não é a intenção aqui.
- Hank Smith: 31:45 Sim.
- Dra. Shalise Adams: 31:46 Bem, talvez um pouco. Acho que, em contraste com isso, há tantas distrações. Há tantas coisas no mundo ao nosso redor que é difícil. O tempo de solidão é importante e acho que, às vezes, não temos muito disso por nossa própria escolha. Eu estava assistindo a um episódio de Family Feud e eles perguntaram: "Qual é a primeira coisa que as pessoas buscam pela manhã?" E o que você acha que foi?
- Hank Smith: 32:08 Telefone, tem que ser. Sim.
- Dra. Shalise Adams: 32:10 Seu telefone. Todo mundo pega o celular e somos sugados por ele. Você pode sentar-se no celular e verificar a previsão do tempo, mas então o limite do cronômetro do Instagram se esgota e você

pensa: "O que eu fiz? Tenho que ir trabalhar". Mas acho que isso simplesmente acontece. Podemos nos distrair com muita facilidade. Então, voltando à questão da intenção, temos que reservar um tempo. Temos que fazer disso uma prioridade.

- Hank Smith: 32:33 Isso é interessante. Eu não faço isso. Não pego meu telefone logo de manhã. Por favor, não pergunte à minha esposa sobre isso. Apenas confie em mim.
- Dra. Shalise Adams: 32:43 Recentemente, tive uma experiência em um acampamento para meninas. Estávamos nas montanhas, o lugar era lindo e não havia sinal de celular, o que era ainda mais bonito. Estávamos fazendo uma reunião de testemunho, então estava escuro, podíamos ver as estrelas, ouvir os grilos e o crepitar da fogueira, e várias moças compartilharam um testemunho e depois ficou tudo quieto. Ninguém disse nada. Como líder, pensei: "Todo mundo está tendo uma experiência ruim. Todo mundo está desconfortável, mas foi aquela quietude e aquele silêncio que provavelmente é exatamente o que elas precisam para refletir sobre seus pensamentos. Com que frequência temos tempo de silêncio? Especialmente os jovens, há distrações a todo momento. Foi um belo silêncio para mim.
- Hank Smith: 33:30 Os fones de ouvido estão sempre ligados. É constante, o que não é uma coisa ruim, mas gosto do que você disse, que é reservar um tempo para ficar em silêncio. [O Presidente Hinckley](#) disse que seu pai saía de casa e sentava-se em um muro. Durante horas, ele se sentava em um muro de pedra. Gordon perguntava: "Pai, o que você está fazendo?" E ele dizia: "Filho, gosto de vir aqui fora e simplesmente pensar. Ficar sozinho com meus pensamentos".
- John Bytheway: 33:56 Certa vez, tive uma aluna que era mãe e estava voltando para a escola, levantou a mão e disse: "Ei, mandei meu filho em 1997 naquela mega Caminhada dos Pioneiros". Eles começaram em Nauvoo e terminaram em Salt Lake City, e não sei exatamente como fizeram isso ou como dividiram.
- Hank Smith: 34:13 Agora, John, preciso fazer uma pausa porque esse é meu assunto favorito, um dos meus assuntos favoritos. Em 2047, eu farei parte desse grupo, portanto, se alguém estiver organizando isso por aí, quero fazer parte do grupo. Na verdade, se eu morrer na trilha, ótimo. Eu morri na trilha entre Nauvoo e Salt Lake. Certo, de volta a você, John.
- John Bytheway: 34:44 Com seu rosto voltado para Sião, e eu estarei em seu carrinho de mão. Você pode me puxar e eu tirarei meus aparelhos auditivos. Não, esse teria sido o sesquicentenário de 150 anos. Ela disse: "Deixei meu filho aqui", e tudo bem, preparem-se para uma referência aos anos 80. Eles levaram seu Sony Walkman e seus fones de ouvido. Para os jovens ouvintes, um Sony Walkman era

um toca-fitas em miniatura. Eles não tinham fones de ouvido, portanto, eram fones de ouvido comuns. E ela disse que ele estava chateado com isso e ela disse: "Ah, não. Eles levaram seu Sony Walkman e seus fones de ouvido. Ele não vai se divertir e vai ficar com raiva de mim". E não sei se ele fez segmentos, se fez a coisa toda, não me lembro. Mas ela disse: "Quando o peguei no colo, ele me disse: mãe, aprendi o que significa ponderar". Tudo o que ele tinha era o som do boi andando à sua frente, as belas pradarias e paisagens à sua frente, pensou sobre sua vida, reordenou sua vida, tudo. Acho que isso não acontece se ele estiver ouvindo música o tempo todo. Foi uma ótima história e pensei exatamente no que vocês dois estão dizendo. Às vezes, pensamos: "Bem, não há nada acontecendo. É melhor eu ligar alguma coisa. É melhor pedir à Siri para tocar algo para mim". Talvez haja algum valor real nesse silêncio de que você acabou de falar, Shalise, e para esse garoto, isso o transformou porque ele teve tempo para refletir.

- Dra. Shalise Adams: 36:08 Posso compartilhar com vocês algo que [Michelle Craig](#) disse? Ela disse: "O Profeta Joseph Smith ensinou que, na maioria das vezes, Deus se revela às pessoas em particular, em seu quarto, em seu deserto ou em seus campos e, geralmente, sem barulho. Satanás quer nos separar da voz de Deus, mantendo-nos longe desses lugares silenciosos. Se Deus fala com uma voz mansa e delicada, você e eu precisamos nos aproximar para ouvi-Lo. Imagine o que aconteceria se tivéssemos a mesma intenção de nos mantermos conectados com o céu e com o Wi-Fi. Escolha uma hora e um lugar e ouça a voz de Deus todos os dias e mantenha esse compromisso sagrado com exatidão, pois muito depende disso."
- John Bytheway: 36:51 Isso é muito bom.
- Hank Smith: 36:53 Estou pensando na declaração de Joseph Smith após Tiago 1:5. Ele fala sobre a passagem da escritura que entrou em seu coração. Então ele diz o seguinte: "Refleti sobre ela repetidas vezes". Joseph Smith provavelmente está caminhando e plantando muito e tem tempo para refletir sobre isso várias vezes. É isso mesmo.
- Dra. Shalise Adams: 37:15 Você não acha que nosso Profeta pede repetidas vezes que aumentemos nossa capacidade espiritual? Ele diz isso várias vezes. Em 2018, ele diz que não será possível sobreviver espiritualmente sem a orientação, o direcionamento, o consolo e a influência constante do Espírito Santo. Mas ele diz isso mais de uma vez. Não sei se todos vocês sabem disso, mas John Bytheway, aqui conosco hoje, escreveu um livro sobre Morôni e, nesse livro, ele compartilha um estudo feito pela irmã Wendy Watson Nelson. Conte-nos a história.
- John Bytheway: 37:47 [A irmã Wendy Watson](#), antes de ser Wendy Watson Nelson, fez um discurso chamado Let Your Spirit Take the Lead (Deixe seu espírito assumir a liderança). E foi isso que ela disse. Eles fizeram um

experimento com um grupo de mulheres durante duas semanas. As instruções eram as seguintes. Durante cinco dias, em suas orações matinais, elas foram instruídas a orar com esforço concentrado para que o Espírito Santo estivesse com elas naquele dia. Depois, ao longo do dia, ao se depararem com qualquer situação difícil, tentadora ou de provação, elas deveriam orar e realmente imaginar o Espírito Santo estando bem ali com elas. E então ela disse: "As experiências dessas mulheres nos surpreenderam a todos". Entre os resultados que elas experimentaram estão, e há todos esses pontos, um desejo maior de desfazer a bagunça de seus ambientes físicos, um desejo muito menor de assistir à TV, um desejo maior de estender a mão para outras pessoas e cumprir compromissos, uma capacidade maior de ser mais gentil, amável e paciente, um desejo maior de cuidar de seus corpos vivendo a lei de saúde do Senhor mais plenamente, uma capacidade maior de ver como poderiam ter lidado melhor com as situações, um foco maior e uma capacidade maior de desejar realmente estudar e aprender.

38:59 Eles descobriram que os velhos hábitos de difamação, fofoca e cinismo desapareceram, um aumento dramático em sua energia física porque as emoções negativas que drenam a energia foram eliminadas e uma redução inacreditável no estresse e mudanças profundas em suas conversas com os outros. Essa foi a palestra Let Your Spirit Take the Lead (Deixe seu espírito assumir a liderança). Era uma palestra em CD, que a Deseret Book publicou em 2004. Eu achava que era possível contratar treinadores de sucesso pessoal, gastar milhares de dólares e não obter esses resultados. Imagine o Espírito Santo realmente estando com você e guiando-o todos os dias. Ore por isso e imagine-o com você e observe as mudanças que ocorrerão.

Dra. Shalise Adams: 39:45 Mas quem não gostaria de ter essas coisas? Mas tudo o que eles tinham que fazer era pedir. É isso aí. Eles pediram. Isso é milagroso.

Hank Smith: 39:54 Isso é maravilhoso. Em minha leitura das escrituras e no estudo das palavras dos profetas, o Espírito Santo torna-se um meio, quando o Espírito Santo entra em mim, de trazer o poder da Expição de Jesus Cristo para mim. Quando o Espírito Santo entra em meu coração, acho que Joseph Fielding Smith disse, ele pode tecer a Expição em todas as fibras e nervos do corpo. Parece ser o que estava acontecendo ali.

Dra. Shalise Adams: 40:23 Temos de convidá-la a entrar, recebê-la.

John Bytheway: 40:26 Eu estava pensando no filme Cast Away, em que Tom Hanks estava em uma ilha. Ele fez da bola de vôlei sua companheira, e eu ficava orando o tempo todo porque era lá que eu encontrava companhia, não no vôlei. Eu estaria orando, e é interessante para mim que

falamos sobre a companhia do Espírito Santo. Aqui estamos falando sobre Morôni estar tão solitário e o que ele diz? Você pode ter a companhia do Espírito Santo. Pesquisei a palavra conforto e ela tem a mesma origem. O com é companheiro da comunidade e fort é forte. O mais legal é que a palavra conforto significa juntos e fortes. O Espírito Santo é chamado de consolador. Que apropriado para Morôni, que é tão solitário, nos dizer logo de cara que podemos ter a companhia do Espírito Santo.

- Hank Smith: 41:22 John, acho que você ofendeu metade do mundo porque eles choraram por causa daquela bola de vôlei.
- Dra. Shalise Adams: 41:36 Nos 36 anos em que Morôni ficou sozinho, qual foi a importância de ter um companheiro lá? Como um adulto solteiro, sinto que tenho muito tempo solitário. Às vezes, sinto-me solitário, mas quando é importante sentir que não estou sozinho, sinto que, graças a esse dom, graças ao Espírito Santo, nem sempre me sinto sozinho. Tenho o dom do Espírito Santo para me ajudar a enfrentar a vida e ser um companheiro, para que eu não tenha que sentir o peso da solidão sobre mim.
- Hank Smith: 42:10 Obrigado por isso, Shalise.
- Dra. Shalise Adams: 42:12 Sem dúvida, quero que passemos algum tempo com os capítulos quatro e cinco, as orações sacramentais, mas acho que é importante discutir brevemente o terceiro. Morôni quer que saibamos sobre a organização do sacerdócio e que ela funcionava e existia em uma igreja antiga e, devido à restauração do evangelho, existe hoje também, e é usada para abençoar vidas, e é isso que ela deveria fazer, mas também que está disponível a todos por meio da ordenança do sacramento, que discutiremos a seguir.
- Hank Smith: 42:42 Isso é maravilhoso. Notei que muitas vezes, quando se fala sobre o sacerdócio aqui, é o Pai, o Filho, novamente, Jesus Cristo, novamente no capítulo três, por meio de Jesus Cristo, e depois, no final do capítulo quatro, o poder do Espírito Santo. Às vezes, falamos sobre o poder do sacerdócio como se ele não estivesse ligado à divindade, mas o poder não está na pessoa que possui o sacerdócio. O poder está na Divindade.
- Dra. Shalise Adams: 43:10 [A Presidente Freeman](#) falou sobre isso na última conferência. Acho que as palavras dela foram: "Nós nos concentramos no escritório em vez de nos concentrarmos no poder que ele libera". Essa é uma bela maneira de pensar sobre isso. O sacerdócio é, na verdade, o poder de se arrepender e o poder de ter uma segunda chance e de vencer o pecado e a tentação. Todas essas são palavras do Presidente Freeman, mas essa é uma bela maneira de ver as coisas.

- Hank Smith: 43:32 Shalise, acho que esse é um ponto crucial. Nos últimos 10, 20 anos, estamos falando cada vez mais sobre o fato de que o poder do sacerdócio vem das ordenanças. Portanto, homens e mulheres que fazem parte dessas ordenanças têm o poder do sacerdócio.
- Dra. Shalise Adams: 43:49 Claro. O Presidente Oaks fala sobre isso. Ele diz: "O poder do sacerdócio abençoa todos nós, as chaves do sacerdócio direcionam as mulheres e os homens, e as ordenanças do sacerdócio e a autoridade do sacerdócio pertencem às mulheres e aos homens". Às vezes, não percebemos isso. Não percebemos que isso está disponível para todos nós, não importa quem sejamos.
- Hank Smith: 44:08 Sim. Lembro-me de que [o Presidente Oaks](#) disse algo como: "Quando uma irmã missionária é designada por seu presidente de estaca e sai para servir como missionária, ela tem o poder do sacerdócio". E depois ele disse algo como: "Que outro poder existe se ela não tiver o poder do sacerdócio?" Você se lembra disso?
- John Bytheway: 44:26 Sim. Ela recebeu a autoridade do sacerdócio para cumprir uma designação do sacerdócio. Adorei essa frase. Que outra autoridade seria essa? É o poder de Deus para fazer a obra de Deus. Isso foi em abril de 2014.
- Dra. Shalise Adams: 44:39 Acho que, às vezes, as pessoas são designadas para funções específicas na direção da igreja, seja para exercer o sacerdócio, mas esse poder é para abençoar todos nós e criar uma comunidade em que possamos trabalhar uns com os outros e nos elevarmos e nos tornarmos melhores. O fato de alguém ter uma função específica não significa que ela seja mais ou menos importante do que a função de outra pessoa.
- Hank Smith: 45:03 Sim. Lembro-me de ser ensinado por minha amiga Barbara Morgan Gardner, eu a chamo pelo nome completo sempre que falo sobre isso. Ela disse: "Se você tem um homem e uma mulher que foram separados para dar aula na escola dominical, o homem não preside a aula. Ambos presidem a classe igualmente".
- Dra. Shalise Adams: 45:25 Isso é algo que ouvi no Podcast Inklings [de Emily Freeman](#), mas também é muito semelhante ao que ela disse nesta última conferência. Ela disse: "Acessamos o poder do Sacerdócio Aarônico por meio das ordenanças do sacramento". É mais do que diáconos e mestres no sacramento. É o poder de vencer tudo o que acontece na mortalidade por meio do evangelho do arrependimento, que nos permite ter uma segunda chance, que nos permite vencer o pecado e a tentação, que nos permite, por meio da ordenança e do cumprimento de nosso convênio, ter um aumento do Espírito Santo, que nos ajuda a navegar pela vida e aumenta nossa capacidade de realizar Sua obra e nos dá força. A ordenança libera a ministração de anjos. Dizemos Sacerdócio Aarônico, e nosso primeiro pensamento deveria ser o evangelho

do arrependimento, a ministração de anjos, o aumento do Espírito Santo. Mas nosso primeiro pensamento geralmente é abençoar, distribuir e preparar o sacramento, o diácono, o mestre e o sacerdote. Vamos para o ofício em vez de irmos para a ordenança que ele abre.

- Hank Smith: 46:24 Uau. Isso é lindo. Sim. John, corrija-me se eu estiver errado, mas acho que a orientação da Igreja é que, quando um membro do bispado estiver de pé após o sacramento, seria um erro. Não é um pecado terrível, mas seria um erro dizer: "Gostaríamos de agradecer ao Sacerdócio Aarônico pela maneira reverente com que passaram o sacramento". O Sacerdócio Aarônico não é uma pessoa.
- John Bytheway: 46:50 Sim, o poder está no sacramento. Adorei a maneira como o Presidente Freeman disse isso. Foi lindo.
- Hank Smith: 46:57 Tenho um amigo que está em um bispado. Ele disse que foi orientado pela autoridade de sua área a realmente não dizer nada depois do sacramento. Eu me levanto. Aqueles jovens sabem que é nesse momento que eles voltam para seus assentos. Continuamos ali mesmo. Gosto do fato de não nos distrairmos do sacramento dizendo algo como: "Gostaríamos de agradecer ao Sacerdócio Aarônico" e não quero que ninguém pense: "Ah, eu tenho feito tudo errado". Não, só acho que talvez seja uma pequena correção.
- Dra. Shalise Adams: 47:27 Adorei esse estudo sobre o sacramento. Sinto que aprendi muitas coisas. Mas acho que o Salvador vem e o sacramento faz parte do que ele ensina a essas pessoas, mas para que Morôni o incluísse aqui, suspeito que precisasse de um pouco mais de clareza ou que ele quisesse que entendêssemos exatamente o que era. No versículo 1 do capítulo 4, está escrito: "A maneira de os élderes e o sacerdote administrarem a carne e o sangue de Cristo à igreja e eles o administravam de acordo com os mandamentos de Cristo. Portanto, sabemos que essa maneira é verdadeira". Gosto muito do fato de ser o mandamento de Cristo. Estamos fazendo exatamente como Ele nos disse e sabemos que essa maneira é verdadeira. O que eu adoro nisso é que é a mesma coisa para todos aqui. É a mesma coisa ao longo do tempo. Estamos compartilhando a mesma experiência auditiva com pessoas do outro lado do mundo, mas também com pessoas do outro lado do tempo, centenas de anos antes de nós. E acho que isso é lindo.
- Hank Smith: 48:25 Eu também. Não tinha pensado nisso.
- Dra. Shalise Adams: 48:27 Vou ler um trecho do livro de John em que ele cita algo que aprendeu com o [irmão Gary Poll](#). Ele disse: "Se o Pai Celestial tivesse uma escritura favorita, ele poderia organizá-la de modo que seu povo a ouvisse com frequência e que a pessoa que a proferisse estivesse ajoelhada para que todos os ouvintes tivessem os olhos

fechados". Esse é um pensamento muito bonito. Ao refletirmos sobre o que pode ser o mais importante para o Senhor, podemos refletir sobre o que Ele mais nos pede para repetir. Somos batizados apenas uma vez, mas somos solicitados a nos comprometer novamente semanalmente.

- Hank Smith: 49:00 Isso é fantástico. Esta é uma boa chance de realmente estudar essas orações linha por linha nesta semana.
- Dra. Shalise Adams: 49:09 Vamos fazer isso. Acho que é importante falarmos sobre o que realmente são nossos convênios batismais. Acho que isso se deve ao fato de que, quando somos batizados, não dizemos realmente: "É com isso que você se compromete". Encontramos esses convênios em Mosias 18, mas também em Doutrina e Convênios, seção 20: "Desejamos entrar no rebanho de Deus e ser chamados de Seu povo. Estamos dispostos a carregar os fardos uns dos outros. Estamos dispostos a chorar com os que choram, consolar os que precisam de consolo e servir de testemunha de Deus em todos os momentos e em todos os lugares". Essas são as coisas com as quais fazemos convênio. A promessa é que vocês o servirão e guardarão seus mandamentos, que ele derramará seu Espírito com mais abundância sobre vocês. Acho significativo que as qualificações para o batismo sejam todas espirituais e que não haja nenhuma condição econômica. Não importa se você é velho ou jovem, rico ou pobre, se foi membro a vida inteira ou se é novo na igreja. Ninguém tem vantagem quando se trata de ser abençoado pelo Salvador ou de sentir Seu amor.
- Hank Smith: 50:14 [O Élder Renlund](#) falou recentemente na BYU e fez um esclarecimento interessante. Eu nunca havia pensado nisso. O Élder Renlund descreveu o convênio batismal como um testemunho público ao Pai Celestial de três compromissos específicos. Servir a Deus, guardar Seus mandamentos e estar disposto a assumir o nome de Jesus Cristo. As outras facetas frequentemente associadas a esse convênio - carregar os fardos uns dos outros, chorar com os que choram, consolar os que precisam de consolo - são frutos da realização do convênio e não parte do convênio propriamente dito. Ele disse que essas facetas são muito importantes porque é isso que uma alma convertida faria naturalmente. Gosto desse esclarecimento.
- Dra. Shalise Adams: 50:55 Sim, adoro quando ele fala sobre testemunharmos, como se estivéssemos testemunhando não para você ou para quem está sentado ao meu lado, mas para Deus. Na verdade, Ele já sabe tudo sobre nós. Ele sabe onde estamos errando. Ele conhece o que é bom e o que é ruim. Na verdade, quando damos testemunho a Ele, estamos dizendo: "Quero ser melhor. Quero tentar novamente, quase como uma forma de arrependimento ou uma oração para pedir ajuda a Ele.

- Hank Smith: 51:20 Uma leitura atenta pode realmente trazer à tona palavras nas quais você nunca pensou. Estou apenas olhando para a palavra testemunha e talvez essa não seja uma palavra na qual eu tenha me concentrado antes. John, adoro quando você diz que estamos dispostos a fazer coisas.
- John Bytheway: 51:35 Podemos estar dispostos, mas as escrituras não nos chamam de capazes. Elas chamam Deus de capaz. Eu sou capaz de fazer o meu trabalho, mas para nós, às vezes, o melhor que podemos fazer é estar dispostos, porque vacilamos. Como é legal o fato de ser um símbolo incrível da misericórdia e paciência do Salvador fazermos o sacramento toda semana. Como você disse, Shalise, ele é repetido. Oh, você já terminou. Não, você vai precisar disso novamente na próxima semana. Volte toda semana e vamos fazer isso. Continue esse relacionamento de convênio novamente, se estiver disposto.
- Dra. Shalise Adams: 52:11 Você não acha que a palavra disposto tem um grande potencial de poder? Estou disposto a mudar. Estou disposta a confiar. Estou disposto a lidar com as coisas em mim que não são perfeitas. Estou disposto a me aproximar e tentar novamente. Isso significa que queremos algo diferente para nossa vida. Queremos nos tornar mais do que somos.
- Hank Smith: 52:31 Adoro essa leitura atenta que estamos fazendo. Há mais alguma coisa que eu deva ver aqui, Shalise?
- Dra. Shalise Adams: 52:36 Gosto muito da próxima frase. Lembrem-se sempre dele. [O presidente Nelson](#) fala sobre a palavra sempre. Ele diz que renovar nossos convênios durante o sacramento a cada domingo é uma grande oportunidade de examinarmos a nós mesmos e voltarmos a concentrar nossa vida em Jesus Cristo. Ao participar do sacramento, declaramos que sempre nos lembramos Dele. A palavra sempre é importante porque estende a influência do Salvador a todas as partes de nossa vida. Não nos lembramos dele somente na igreja ou somente durante nossas orações matinais ou somente quando estamos com problemas. Sempre, acho que é uma bela palavra, mas lembre-se também, o que você faz quando se lembra de alguém que já morreu? Colocamos fotos. Falamos sobre ele. Fazemos coisas que eles gostavam de fazer para que possamos nos lembrar. Será que estamos fazendo isso em nossa vida com o Salvador? Estamos falando sobre ele fora do serviço sacramental? Estamos vendo fotos? Temos coisas em nossa casa que nos fazem lembrar Dele? Essa é uma coisa importante que estamos nos comprometendo a fazer.
- Hank Smith: 53:39 Na verdade, nunca pensei nisso. Eu me sinto mal. Pensei em me lembrar dele em minha mente, mas você está certo. Se vou me lembrar de meus pais, que já faleceram, é mais do que apenas pensar neles. É contar histórias sobre eles. É ter uma foto como você disse. Uau, Shalise, obrigado.

- Dra. Shalise Adams: 53:53 Mas acho que também significa lembrar a bondade, como no caso de seus pais, as coisas boas que eles lhe ensinaram. Com nosso Salvador, lembrar a misericórdia que sentimos toda semana ou onde ele aparece todos os dias. Lembrar também significa pensar em como minha vida seria diferente se ele não estivesse lá.
- Dra. Shalise Adams: 54:13 Então, a promessa. Adoro a promessa de que podemos ter seu espírito conosco. E quantas vezes não damos isso por certo? Quero ler mais uma citação de [John Bytheway](#), se estiver tudo bem. Vamos lá.
- Hank Smith: 54:24 Uau, John, você foi um sucesso hoje.
- Dra. Shalise Adams: 54:27 John diz o seguinte: "Muitos de nós ouvimos inconscientemente a oração sacramental e não lhe damos atenção. Talvez ela seja tão familiar para nós que a consideramos natural. O que realmente significa ter sempre seu espírito conosco? Não consigo pensar em uma luz maior para nos guiar neste mundo escuro e sombrio do que a própria luz do mundo, a companhia constante do Espírito Santo. Dessa forma, temos um membro da Trindade para ir à nossa frente como se estivesse nos iluminando, guiando, protegendo e consolando. Pode ser apenas um dom, mas suas bênçãos são inumeráveis." Eu adoro isso.
- Hank Smith: 55:02 Eu também. Falamos anteriormente sobre como o Espírito Santo pode ser um veículo para levar a Expição ao meu coração e à minha mente. Gostaria de saber se eu poderia substituir essa frase pela ideia de que eles podem ter sempre o poder da Expição de Jesus Cristo, certo, em sua vida.
- Dra. Shalise Adams: 55:22 Eu adoro isso. Tive uma experiência há alguns meses, quando estava visitando meus pais em casa e minha mãe disse: "Deveríamos levar a vovó à igreja". Agora, minha avó está em uma unidade de tratamento de memória. Em minha cabeça, pensei: por que estamos levando a vovó à igreja? Ela não vai se lembrar. Ela não vai se importar. Por que estamos fazendo isso? Porque, na verdade, dá muito trabalho. Eu tinha uma atitude muito ruim em relação ao evento, mas minha mãe é uma pessoa melhor do que eu, então fomos e levamos minha avó à igreja. Enquanto estávamos sentados lá e eu observava pessoa após pessoa que chegava fisicamente quebrada, com fragilidades e coisas que não seriam curadas nesta vida, lembrei-me de como é importante irmos para curar nossas almas. Como é importante que todos sejamos curados como somente o Salvador pode fazer com nosso espírito e nosso coração, mesmo que nosso corpo não funcione da maneira que desejamos. E fiquei muito emocionado com essa oportunidade. Senti que talvez eu fosse o mais quebrado ali, porque havia me esquecido.

- Hank Smith: 56:24 É quase como se você pudesse ver os espíritos das pessoas que chegam, você veria esse hospital de pessoas com ferimentos diferentes.
- Dra. Shalise Adams: 56:33 Estamos todos quebrados. Muitas pessoas naquela reunião não podiam tomar o sacramento para si mesmas. Precisavam de alguém que realmente levasse o pão e a água aos seus lábios. Para mim, foi uma coisa linda assistir a essa reunião. Eu não tinha ideia de que isso mudaria minha vida. Harold B. Lee disse isso. Ele disse: "O maior milagre que vejo hoje não é necessariamente a cura de corpos doentes, mas a cura de almas doentes". E foi isso que senti que vi ali.
- 57:12 Concluindo com o sacramento, sinto que saímos para o mundo todos os dias e nos dizem que não somos bons o suficiente ou que não somos isso ou que não somos aquilo, e a cada semana temos a oportunidade de voltar e realmente nos centralizar em nós mesmos e em quem somos de fato como filhos de Deus, que podemos nos lembrar de Jesus Cristo e que estamos dispostos a fazer isso e a mudar. Não tomamos o sacramento porque fomos perfeitos na semana anterior, tomamos o sacramento porque não fomos. Trata-se muito mais de quem eu quero ser e menos de quem eu sou. Trata-se de quem eu quero me tornar.
- John Bytheway: 57:47 Acho que é útil não pensar em um convênio como um contrato. Bem, vou fazer isso e depois recebo isso, mas como um relacionamento. Assim, tenho acesso ao poder do Salvador, à sua paciência e à sua misericórdia. É por isso que essa é uma coisa contínua e permanente, porque é um relacionamento e isso a torna muito mais poderosa pelo fato de sermos convidados a voltar. É como se ele estivesse nos convidando para a última ceia novamente. Como você sabe, sentar-se com alguém, comer com alguém, quero dizer, quantas vezes Jesus foi acusado de: "Ei, esse cara está comendo com publicanos e pecadores. Bem, aqui está Jesus dizendo: "Venha e coma comigo porque estou aceitando você. Venha comer comigo nesta mesa. Vamos continuar esse relacionamento de aliança".
- Hank Smith: 58:29 John, nunca pensei nisso. Quando vejo Jesus no Novo Testamento comendo com publicanos e pecadores, posso pensar: "Ei, ele faz isso comigo também. Eu me encaixaria nessa categoria.
- John Bytheway: 58:41 É isso mesmo.



- John Bytheway: 00:02 Bem-vindos à Parte Dois com a Dra. Shalise Adams, Morôni 1-6.
- Hank Smith: 00:07 Gostaria de incentivar todos os nossos ouvintes a fazer uma leitura atenta esta semana do capítulo 4, versículo 3, e do capítulo 5, versículo 2. Não podemos fazer isso aqui. Não podemos ler cada palavra aqui. Ficaríamos aqui por horas e horas, mas é uma experiência muito legal fazer isso. Quando lemos isso em família, gosto de ter minha esposa ou minha filha. Eu digo: "Você pode ler isso?" Lembro-me de uma vez que minha filha, Madelynn, estava lendo em família e eu disse: "Maddy, você pode ler este versículo?" E ela terminou. Ela disse: "Eu sempre quis fazer isso". Um grande sorriso em seu rosto.
- 00:42 Se eu estiver lendo a oração sacramental ou dando a oração sacramental, talvez eu misture um pouco as pausas, os tons e a cadência. Parece que eu a ouço mais ou menos da mesma maneira. Não quero que isso seja uma distração, mas não precisamos lê-la com as pausas no mesmo lugar. Já observei antes quando um jovem a lê e ela é diferente. Ele usa uma ênfase diferente em lugares diferentes, o que o ajuda a se destacar.
- Dra. Shalise Adams: 01:11 É importante ler em voz alta e ouvir em sua própria voz. Isso fez algo diferente. Quando eu estava estudando isso e lia em voz alta, sentia que havia algo diferente na leitura. Quando ouvimos algo em uma voz que nos é familiar, seja a sua própria ou a de outra pessoa, isso é especial. É diferente.
- Hank Smith: 01:32 Shalise, acho que seria apropriado, no estudo pessoal, mudar os pronomes de nós para mim, eu, para que eu possa ter Seu espírito comigo, para que eu testemunhe. Você provavelmente poderia dedicar muito tempo ao estudo pessoal apenas nesses dois versículos.
- John Bytheway: 01:51 Há uma declaração que [o Presidente Gordon B. Hinckley](#) fez anos atrás. Ele estava falando com os jovens e pensei: "Uau, isso é preocupante". Ele disse: "Quando você, como sacerdote, ajoelha-se à mesa do sacramento e oferece a oração, que veio por revelação, você coloca toda a congregação sob convênio com o Senhor. Isso é uma coisa pequena? É uma coisa muito importante

e notável", e então ele continuou. "Agora, meus queridos jovens irmãos, se quisermos administrar os emblemas do sacrifício de nosso Senhor, precisamos ser dignos de fazê-lo. É totalmente errado que vocês se deixem levar pela indulgência e pelo desrespeito ao Senhor. É totalmente errado vocês se entregarem a conversas sujas e impróprias na escola ou no trabalho e depois se ajoelharem à mesa do sacramento no domingo". Foi muito útil para mim ouvir isso. Não é legal isso? Temos talvez jovens de 15, 16, 17 anos colocando toda a congregação sob convênio. Isso é impressionante.

- Hank Smith: 02:45 Eu realmente gosto disso. É a mesma voz, a mesma voz que está indo para a escola.
- John Bytheway: 02:51 Sim.
- Hank Smith: 02:52 Dizer coisas boas, espero, é a mesma voz.
- John Bytheway: 02:55 Está no livro de Tiago, no Novo Testamento, pessoal? Onde da mesma boca procede a bênção e a maldição. Irmãos, essas coisas não devem ser assim.
- Hank Smith: 03:02 Não deveria ser assim.
- 03:07 Agora, Shalise, como você e eu conversamos nos últimos meses, sei que você estava empolgada com o capítulo seis, o que me deixou empolgado com o capítulo seis, então fale comigo aqui. Com o que você está tão animada?
- Dra. Shalise Adams: 03:20 Adoro o capítulo seis. Ele começa recapitulando tudo o que já foi dito. Ele nos fala sobre como ser uma igreja e como participar de uma comunidade de santos que se ajudam mutuamente e se mantêm no caminho certo. Isso tem valor. Sinto que, às vezes, não damos o devido valor à adoração e ao serviço em nossa igreja.
- Hank Smith: 03:42 Ok, estou pronto.
- Dra. Shalise Adams: 03:43 Vamos ler o versículo quatro.
- Hank Smith: 03:46 Este é Morôni 6:4. E depois de terem sido recebidos para o batismo e de terem sido trabalhados e purificados pelo poder do Espírito Santo, foram contados entre o povo da Igreja de Cristo e seus nomes foram registrados para que pudessem ser lembrados e nutridos pela boa palavra de Deus para mantê-los no caminho certo, para mantê-los continuamente vigilantes na oração, confiando somente nos méritos de Cristo, que foi o autor e consumidor de sua fé. Lindo.

- Dra. Shalise Adams: 04:16 Há muita coisa aqui. Sinto que há muita coisa ali, mas você notou que tudo isso está no pretérito? Eu me pergunto se talvez seja uma saudade de Morôni. É assim que deve ser feito. Essas são as coisas boas. Depois de falar sobre esses membros que foram batizados, ele diz: "Vocês são contados com a igreja". Acho interessante que essa também era uma prática antiga. Não acho que numerados signifique necessariamente uma marca no quadro. Não estamos tentando chegar a um determinado número. É mais como se estivéssemos numerando você, para sabermos onde você está e para que, se não o virmos, possamos encontrá-lo.
- Hank Smith: 04:52 Isso é fundamental. Certa vez, entrei no Quórum de Élderes, acho que era isso, e havia muito mais cadeiras do que o normal, e todos nós nos sentamos e havia muitas cadeiras vazias. Pensei: "Isso é estranho", e então o presidente do Quórum de Anciãos disse: "Decidi colocar uma cadeira, não para todos os presentes, mas para todos que estão na lista". De repente, percebi que, o que antes parecia ser um Quórum de Anciãos completo, estava faltando gente. Gostei do que ele disse, que elas podem ser lembradas.
- Dra. Shalise Adams: 05:29 Então, estamos fazendo um bom trabalho de recordação? Lembrar-se é a parte difícil da igreja. Podemos ter um chamado e sentir que amamos essas pessoas, mas [o Élder Hirst](#), nesta última conferência, disse: "Ser amado não é o mesmo que sentir-se amado", e acho que é isso que temos de fazer quando nos lembramos de alguém. Podemos amá-la, mas temos de fazê-la sentir esse amor. Ela não vai querer ir à igreja se não sentir o amor das pessoas que a cercam.
- John Bytheway: 05:56 Ele tinha um belo sotaque inglês.
- Dra. Shalise Adams: 05:59 Sim, sim.
- John Bytheway: 06:00 Ele falou sobre seus filhos desmaiarem antes de darem uma palestra ou algo assim.
- Dra. Shalise Adams: 06:04 Ah, sim.
- Hank Smith: 06:04 Sim.
- John Bytheway: 06:06 Entrei em minha classe e havia uma irmã estudante com um belo sotaque inglês e seu nome é Darcy Hirst. Fui até ela depois da Conferência Geral e disse: "Foi você que desmaiou durante um discurso? Como você fez essa conexão? Eu escutei seu sotaque. Foi assim". Sim, eu me lembro que foi um ótimo discurso.
- Dra. Shalise Adams: 06:31 Foi um ótimo discurso e acho que o Salvador nos ensina sobre isso. Quando Ele se aproxima das pessoas e diz que vai curar todos os

que estiverem aflitos de alguma forma, Ele faz isso de forma muito individual. Ele quer ter uma conexão pessoal com cada uma dessas pessoas. Ele poderia ter dito: "Eu curo todos vocês", e isso poderia ser feito. Isso poderia ter acontecido. Teria economizado algum tempo, mas Ele queria curar as pessoas individualmente e, depois, foi embora e disse: "Eu voltarei", e todas as pessoas que foram curadas quiseram encontrar todas as outras e levá-las até lá. É exatamente disso que se trata a igreja. Trata-se de encontrarmos a cura para nós mesmos e depois irmos buscar outra pessoa e dizer: "Venha, é aqui que você encontrará o que precisa".

- Hank Smith: 07:17 Então, você está conectando o terceiro Néfi.
- Dra. Shalise Adams: 07:20 17.
- Hank Smith: 07:21 Onde o Salvador os cura e eles vão buscar outros: "Venham e sejam curados". Uau.
- Dra. Shalise Adams: 07:30 Mas você não acha que é isso que a igreja é, venha ser curado? A igreja também é a escola para nos tornarmos como Jesus. Falamos que queremos voltar a viver com Jesus, mas não podemos fazer isso a menos que vivamos o estilo de vida de Jesus, e a igreja oferece essa educação. Não podemos fazer isso sozinhos. Com a igreja, temos permissão para praticar o amor. Temos permissão para praticar o esforço repetidamente. Estamos aprendendo a servir e a aprender juntos, mas também, a igreja é o único lugar onde o sacerdócio e as ordenanças podem existir. Precisamos de uma igreja.
- Hank Smith: 08:03 Certo, para implementar essas ordenanças importantes. Você me fez lembrar de um pensamento [de Joseph B. Wirthlin](#). "A Igreja não é um lugar onde pessoas perfeitas se reúnem para dizer coisas perfeitas, ter pensamentos perfeitos ou sentimentos perfeitos. A igreja é um lugar onde pessoas imperfeitas se reúnem para oferecer incentivo, apoio e serviço umas às outras." Acho que o Élder Uchtdorf comparou a igreja a um hospital.
- Dra. Shalise Adams: 08:31 [O Élder Renlund](#) falou, nesta última conferência, sobre o evangelho na Igreja e falou sobre a dinamite, a nitroglicerina e o kieselguhr, que se misturados podem se tornar algo útil e como o evangelho é perfeito, mas a Igreja é o veículo que nos leva a esse lugar. Ele diz que a combinação... Este é o Élder Renlund. Ele diz: "A combinação do evangelho de Jesus com a Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias proporciona benefícios poderosos e transformadores para nós. O evangelho é perfeito, mas é necessária uma igreja divinamente comissionada para pregá-lo, manter sua pureza e administrar suas ordenanças sagradas com o poder e a autoridade do Salvador. A igreja é simplesmente pessoas comuns, discípulos de Jesus Cristo, reunidos e organizados em uma estrutura

divinamente designada que ajuda o Senhor a cumprir Seus propósitos."

- Hank Smith: 09:22 Uau.
- John Bytheway: 09:23 Em nosso manual de hoje, temos nomes diferentes para tudo. Costumávamos chamá-lo de ensino doméstico. Agora, chamamos de ministração, mas você vê isso bem aqui. Seus nomes foram tomados. Sabemos quem você é para que eles sejam lembrados. Queremos que você seja lembrado, então essa frase é nutrida pela boa palavra de Deus. Lembrem-se da declaração [do Presidente Hinckley](#), que se tornou tão importante, de que todo novo membro da Igreja precisa de um amigo, de uma responsabilidade e de ser nutrido pela boa palavra de Deus? Certa vez, eu estava em uma reunião de treinamento e o Élder Von Keetch contou uma história muito legal. Ele disse que estava em um avião e sentou-se ao lado de alguém que era técnico de busca e resgate no Oregon. O Élder Keetch perguntou: "Então, o que você faz?". E o cara lhe disse: "Bem, eu resgato muitas pessoas no Monte Hood e, geralmente, quando chego até elas, elas não querem ser resgatadas".
- 10:12 A hipotermia se instalou. Eles finalmente se sentem aquecidos, embora estejam realmente em perigo, e ele disse: "Descobri que, nesse momento, tenho de fazer três coisas, então pego meu telefone via satélite porque o serviço de celular não funciona lá. Eu me apresento, descubro o nome deles, faço amizade com eles, depois pego meu telefone via satélite e dou a eles algo para fazer. Eu digo: "Você precisa ligar para sua família e dizer onde você está, que estou aqui com você e que vou tirá-lo dessa, e então pego um chocolate quente e dou a eles algum alimento", e o Élder Keetch disse: "Você ouviu o que ele acabou de dizer? Eu encontro alguém no Monte Hood. Dou a ele um amigo. Esse sou eu. Eu lhe dou uma responsabilidade. Ligue para sua família e eu lhe darei algum alimento". Ele disse: "E se alguém não quiser ser resgatado? O que você faz?" A mesma coisa que o Presidente Hinckley, ser um amigo.
- Hank Smith: 11:06 Eu nunca tinha ouvido isso. Isso é ótimo.
- Dra. Shalise Adams: 11:09 Nesse mesmo discurso, o Presidente Hinckley disse: "Perderíamos muito menos pessoas se cuidássemos melhor delas". Não sei exatamente como ele disse isso, mas é por isso que somos contados e lembrados. Às vezes, somos nós que precisamos ser cuidados e, às vezes, somos nós que cuidamos, e não há problema em sermos os dois.
- Hank Smith: 11:27 Sei que, às vezes, tenho sido alguém que só quer ir à igreja, sentar-se, ouvir e ir para casa. Não sei se ele diria: "Sim, era isso que eu queria". Acho que ele poderia dizer: "Você se lembrou das pessoas? Você as nutriu? Você conversou com elas e as elevou?"

- Dra. Shalise Adams: 11:52 Lembro-me de uma ocasião em que estava fazendo a transição da ala YSA para a ala da família, e não queria ficar em nenhum dos dois lugares. Não queria estar na ala dos jovens porque era muito velha e não me encaixava lá. Não queria estar na ala da família porque não tinha família e não me encaixava lá. Então, eu me sentava no fundo e ia embora porque não pertencia e não queria estar em lugar nenhum. Eu sabia que a igreja era importante. Eu tinha um testemunho do evangelho, obviamente, não forte o suficiente, mas era difícil porque eu não me sentia integrada e, então, alguém me pegou e me colocou com as moças e isso mudou minha vida porque eu tinha alguém para amar. Eu tinha alguém para servir e, de repente, eu tinha um propósito. É por isso que precisamos desses chamados: precisamos de um propósito. Precisamos de algo que nos faça sentir valorizados e como se pertencêssemos a algum lugar.
- Hank Smith: 12:50 Shalise, isso é lindo.
- Dra. Shalise Adams: 12:53 Versículos cinco e seis. O quinto e o sexto dizem que a igreja se reunia frequentemente para jejuar, orar e falar uns com os outros sobre o bem-estar de suas almas. Você não gosta do fato de que isso ainda é o que fazemos hoje? É exatamente a mesma coisa que eles estavam fazendo naquela época. É exatamente o que estamos fazendo agora. Há algo de belo nisso. Isso não mudou. Esse ainda é o caminho do Salvador. Ainda é assim que Ele quer que façamos as coisas. Tive uma experiência quando estive em Palmyra no último verão, onde nunca tinha estado antes, e era um lugar lindo.
- Hank Smith: 13:25 Ah, sim. Nós nos encontramos. Eu me lembro disso.
- Dra. Shalise Adams: 13:27 No Bosque Sagrado. É sobre isso que vou falar. Eu sabia que estaria no Sacred Grove em duas ocasiões diferentes. Tive boas experiências em ambos os lugares, mas foram muito diferentes. Então, na primeira experiência, fui e, enquanto dirigíamos para lá, fiquei animado para ir, porque esse é um lugar do qual tenho um testemunho e sei o que aconteceu lá. Pensei em minha cabeça: "Quero ter uma boa experiência", mas isso foi o máximo que pensei. Então, fomos para lá e havia uma quietude e uma paz que eram tangíveis e belas, e tive uma boa experiência. Foi maravilhoso, mas não vi um anjo. Não ouvi uma voz nem recebi uma resposta para os problemas de minha vida. Foi uma boa experiência, mas não passou disso.
- 14:16 Na segunda vez que fui, eu estava com um grupo, corais e orquestras milenares, e estávamos lá com o propósito de fazer um vídeo que poderia ser compartilhado, um vídeo que compartilhava nosso testemunho de que Jesus Cristo e Deus, o Pai, apareceram a Joseph Smith. Então, quando estávamos lá, todos estavam vestidos com elegância, suas palavras foram memorizadas e suas músicas foram aprendidas. Enquanto estávamos sentados naquele Bosque

Sagrado, preparando-nos para cantar, eu ainda podia sentir a paz. Ainda podia sentir a bondade do lugar, mas quando compartilhamos nosso testemunho, quando levantamos a voz para cantar, foi uma experiência diferente, porque 2.000 pessoas estavam lá compartilhando um testemunho de Jesus Cristo e o espírito estava lá, me transformou. Será algo que eu nunca, nunca esquecerei, mas foi porque havia um testemunho ali. Portanto, acho que a igreja não é diferente. A igreja é um lugar lindo onde acontecem coisas sagradas, mas quando combinamos isso com o testemunho uns dos outros, é aí que vem o poder. É por isso que precisamos de uma igreja.

- Dra. Shalise Adams: 15:16 [O Presidente Oaks](#) disse isso em 2021. Ele disse: "Anos atrás, mudei minha atitude em relação a ir à igreja. Não vou mais à igreja para o meu próprio bem, mas para pensar nos outros. Faço questão de cumprimentar as pessoas que se sentam sozinhas, de dar as boas-vindas aos visitantes, de me oferecer como voluntário para uma designação. Em suma, vou à igreja toda semana com a intenção de ser ativo e não passivo e fazer uma diferença positiva na vida das pessoas." Entendo o fato de não saber onde você se encaixa. Como membro solteiro da igreja, ouvimos com frequência que metade dos membros da igreja é solteira, e eu odeio essa estatística. Odeio porque sou do tipo, mas isso não me descreve. Isso se refere aos missionários que são jovens e ainda têm a vida inteira pela frente e se refere às pessoas que tiveram uma família e um cônjuge e estão sozinhas no final da vida, mas nunca senti que isso me descrevesse.
- 16:31 A beleza da Igreja é que, na verdade, podemos pertencer a qualquer lugar, mas, às vezes, é preciso fazer a difícil escolha de se colocar à disposição, como o Presidente Oaks está falando. "Não vou apenas por mim, mas vou para melhorar a vida de outra pessoa", mas acho que quando isso acontece, quando servimos uns aos outros, isso muda nosso coração. Sinto que alguns dos meus amigos mais queridos são pessoas com quem tive contato porque servimos juntos em um chamado. Servimos em benefício de outra pessoa e isso nos tornou melhores, mas também fortaleceu nosso relacionamento uns com os outros, porque ele foi fundamentado em Jesus Cristo. Lembro-me de uma ocasião em que eu estava na ala de Jovens Adultos Solteiros e me pediram para ser a Presidente da Sociedade de Socorro e eu não sabia a quem chamar, vi uma pessoa linda e pensei: "É ela".
- 17:22 Mas eu não a conhecia. Eu nem sabia o nome dela e posso contar nos dedos de uma mão as vezes em que senti que o Senhor disse: "É exatamente isso que você precisa fazer", mas essa foi uma delas. Liguei para ela e servimos juntas, e ela é uma das minhas amigas favoritas, mas quando conversei com ela, ela também teve um pensamento semelhante, como: "Não tenho certeza sobre isso. Não tenho certeza se quero fazer isso", mas esse relacionamento

nos tornou melhores. Sinto que isso acontece repetidas vezes com a BYS, o programa para jovens do qual participei. Essas pessoas com quem servi ano após ano em benefício dos jovens, todas voluntárias, são as pessoas que fazem parte da minha família. Essas são as pessoas que eu amo porque conheço seus corações e sei onde está seu testemunho e sei que elas amam Jesus Cristo e, por causa disso, criamos uma família. Isso tem sido importante em minha vida: encontrar essas pessoas às quais pertencço.

- Hank Smith: 18:16 Isso é lindo.
- John Bytheway: 18:18 Perfeito. No versículo cinco, essa pequena e sutil maneira de dizer isso é para falarmos uns com os outros. Você está em uma família da ala. Em uma semana, essa pessoa fará um discurso. Em outra semana, essa pessoa fará um discurso e, em seguida, essa pessoa receberá esse chamado e essa pessoa receberá esse chamado e, alguns meses depois, faremos chamadas musicais e tudo será embaralhado novamente. Não há um profissional que faça isso toda semana, mas falamos uns com os outros. Adoro isso e lembro-me de uma ocasião em que estava em um Quórum de Élderes em Provo e, no final da lição regular do sacerdócio, que nem me lembro sobre o que era, um irmão que tinha voltado recentemente para a Igreja, colocou as mãos no rosto e começou a soluçar e disse: "Irmãos, preciso da ajuda de vocês". Sentamos com ele por meia hora e conversamos sobre o desafio que ele estava enfrentando. Nunca me esquecerei daquela reunião e isso sempre me faz lembrar, esse versículo sempre me faz lembrar que devemos falar uns com os outros.
- 19:15 Não vou apenas ouvir e voltar para casa. Vamos ajudar uns aos outros no que diz respeito ao bem-estar de nossas almas. E, como eu disse, não consigo me lembrar sobre o que era a lição, mas me lembro muito bem daquela reunião do Quórum de Élderes.
- Hank Smith: 19:29 Lembro-me de que, quando era um jovem pai e estava sentado no Quórum de Élderes, senti-me muito bem com a conversa de pessoas que estavam à minha frente na vida. Era como uma sessão de mentores: "Como faço para fazer o que vocês estão fazendo?"
- Dra. Shalise Adams: 19:45 Você não acha que existe uma certa vulnerabilidade aí, em que temos de dizer às pessoas em que ponto estamos, ou temos de pedir esse conselho, ou temos de dizer: "É aqui que estou lutando". Temos de ser um pouco mais abertos. É fácil dizer: "Estou bem. Estou bem. Não preciso de nada. Estou bem." Mas, às vezes, de fato precisamos.
- Hank Smith: 20:06 Os santos dos últimos dias se reúnem algumas vezes por semana para mentir uns para os outros sobre como estão se saindo. "Como você está?" "Estou indo muito bem." "E você, como está?" "Bem,

estou adorando a vida." Mas, ainda assim, temos nossos desafios que não estamos compartilhando.

- John Bytheway: 20:18 Sim. E que grupo de mentores é esse que nos cerca. Adorei o que você disse, Hank, aqueles que talvez sejam um pouco mais velhos, que estão criando suas famílias, o que quer que seja, e você pode ouvir suas experiências e sua sabedoria. Esse é um ponto muito bom. Adoro a ideia de mentores e acho que é por isso que existem líderes de rapazes e líderes de moças, e assim por diante, que precisam falar uns com os outros a respeito do bem-estar de suas almas. Não é legal que Morôni tenha descrito toda essa organização da igreja em tão poucos versículos?
- Dra. Shalise Adams: 20:51 No versículo sete, falamos sobre os padrões que existem para que não haja iniquidade e acho que deve haver um limite. Tem de haver alguns limites, mas o versículo oito diz: "Mas, sempre que se arrependeram e buscaram perdão com real intenção, foram perdoados". Essa promessa de retorno é praticamente ilimitada, quantas vezes quisermos. Fazemos bagunça todos os dias, mas podemos voltar todos os dias, e isso é fantástico.
- Hank Smith: 21:21 Sempre que se arrependiam, o que significa que era frequente, certo?
- John Bytheway: 21:26 Sim.
- Dra. Shalise Adams: 21:26 Deveria ser. Devemos reconhecer isso.
- Hank Smith: 21:29 Sim. Nas raras vezes em que precisaram se arrepender, foram perdoados. É como se, não, fosse frequente e tudo bem que fosse frequente.
- Dra. Shalise Adams: 21:39 Gosto [muito da irmã Reyna Aburto](#). Ela diz: "A igreja é mais do que os edifícios e a estrutura eclesiástica. A igreja somos nós. A igreja são os membros". Você não sente que toda vez que vai à igreja em algum lugar que você não tenha ido é como se fosse um local diferente? Lembro-me de ir à igreja na Suíça há alguns anos. Eu não conseguia entender nada do que era dito, mas me senti confortável lá. Eu estava feliz, era minha casa, mas temos essa experiência. Se formos à igreja em uma cidade diferente, a sensação ainda é a mesma, ou deveria ser, porque o Espírito está lá e porque a igreja somos nós, são os membros.
- Hank Smith: 22:27 Recentemente, fui à igreja em uma pequena cidade em Wyoming, McKinnon, Wyoming. Sentei-me lá com minha família, em uma capela minúscula, não muito grande, e meus filhos estavam olhando ao redor e dizendo: "Ei, olhe para isso". Mas me senti em casa. Eu me senti como se estivesse entre amigos.

Dra. Shalise Adams:	22:51	Porque você estava.
Hank Smith:	22:52	Sim.
John Bytheway:	22:53	Sim. Particpei de uma reunião sacramental em Portland, Maine, e ouvi alguns discursos excepcionalmente belos, mas tive essa sensação. Você entrava e sentia: "Ei, aqui é uma família. Somos irmãos e irmãs". Amém para o que você acabou de dizer.
Dra. Shalise Adams:	23:12	Terminamos com o versículo nove. Ele diz: e suas reuniões eram dirigidas pela igreja segundo a maneira de operar do Espírito. Falamos muito sobre o Espírito Santo e como ele nos ajuda em nossa vida, mas você tem alguma ideia sobre como devemos conduzir as reuniões dessa forma?
Hank Smith:	23:27	Sim, olhe para esse Espírito. Espírito Santo. Espírito Santo. Acho que ele está tentando enfatizar algo.
John Bytheway:	23:32	Sim. Não sei se vocês já passaram por isso. Vocês já tiveram uma autoridade visitante, como em uma conferência de estaca, que perdeu a agenda e começou a implicar com as pessoas e a fazer coisas diferentes? E todo mundo começa a olhar para baixo, dizendo: "Não me escolha".
Hank Smith:	23:48	"Não me chame."
Dra. Shalise Adams:	23:48	Eu tinha um bom presidente de estaca que fazia isso.
John Bytheway:	23:53	Já vi isso acontecer antes. Sim, quem estiver presidindo tem as chaves para fazer isso. Já vi reuniões acontecerem dessa forma. Na época em que eu estudava na BYU, os garotos costumavam decidir se levantar no meio de um hino e todos os outros membros da congregação viam isso: "Ah, sim. Isso é divertido. Vamos nos levantar também". Isso acontecia muito. As pessoas simplesmente se levantavam. Certa vez, eu estava em uma reunião de treinamento no centro Marriott, e o Élder M. Russell Ballard estava lá, e isso aconteceu. Um grupo de pessoas simplesmente se levantou, e o Élder Ballard levantou-se após o hino e disse: "Quero ensinar-lhes um princípio. Notei que muitos de vocês se levantaram durante o hino", e então ele disse: "Observem a autoridade que preside e saberão que eu nunca me levantei". E então ele nos ensinou que os membros não assumem o controle da reunião, o Espírito o faz, e há uma ordem das coisas, e a autoridade presidente decide que eu nunca me esqueceria disso, e aquilo parou depois disso, quando ele disse: "Observem a autoridade presidente".
Dra. Shalise Adams:	25:00	Gostaria de encerrar com este pensamento. O Presidente McKay disse: "A principal razão pela qual a Igreja foi organizada foi para

tornar a vida mais doce hoje, para dar contentamento ao coração hoje, para trazer a salvação hoje. Alguns de nós esperam ansiosamente por um tempo no futuro, pela salvação e exaltação no mundo vindouro, mas hoje faz parte da eternidade", e sinto que é por isso que temos uma igreja, para que possamos ser felizes hoje e encontrar conforto hoje. No final de Morôni, somos convidados a nos achegar a Ele. O início de Morôni é como fazemos isso. É assim que O ouvimos. Esses capítulos são o que nos leva a Jesus Cristo e como fortalecemos nossa determinação de segui-Lo. Vamos à mesa do sacramento todas as semanas para nos comprometermos novamente e renovarmos nossos convênios de que estamos dispostos a nos lembrar de Jesus, mas isso traz cura. Encontramos plenitude e pertencimento na igreja e é por isso que vamos lá.

- John Bytheway: 25:55 Talvez não sintamos o Espírito toda vez que vamos à igreja, mas sinto que se não formos à igreja, é menos provável que o sintamos em outras partes de nossa vida, porque é para lá que vamos, e você disse isso muito bem hoje, Shalise, é lá que estão as ordenanças. É para lá que vamos para continuar esse relacionamento de convênio com Cristo. Não estamos apenas dispostos a tomar sobre nós o Seu nome, estamos honrados. Estamos entusiasmados para voltar à mesa do sacramento e para que Ele nos dê outra chance na próxima semana.
- Hank Smith: 26:27 Shalise, não quero deixá-la ir sem lhe fazer algumas perguntas.
- Dra. Shalise Adams: 26:32 Pergunte.
- Hank Smith: 26:34 Você falou sobre ser um adulto solteiro na igreja. Você não é um missionário que acabou de voltar para casa ou não é alguém que criou uma família, mas agora talvez seja viúvo ou viúva. Então, em sua opinião, temos muitos líderes de ala que ouvem e se perguntam: o que devo fazer? Como posso fazer melhor? Então, em sua opinião, como poderíamos melhorar?
- Dra. Shalise Adams: 26:57 Converse com as pessoas solteiras de sua ala. Pergunte-lhes o que querem fazer. O que me deixava mais à vontade era quando alguém não me tratava de forma diferente por ser solteira e não ter família, então, provavelmente, eu não poderia estar nas Moças ou na Sociedade de Socorro porque eu não entendia muito bem todas essas pessoas. Todos nós somos apenas pessoas. Todos nós passamos por dificuldades. Então, acho que meu melhor conselho é não tratá-las necessariamente de forma diferente, apenas envolvê-las. Sinto que tenho muito a oferecer. Embora eu não tenha nenhum conhecimento sobre crianças, tenho sobrinhas e sobrinhos, mas entendo que não é a mesma coisa. Somos apenas pessoas. Somos apenas pessoas como você e todos os outros.

- Hank Smith: 27:41 Gosto quando você menciona também que dizemos adulto solteiro, mas há todos os tipos de categorias de adulto solteiro, talvez Shalise, sem querer, meio que as amasse como se fossem uma só.
- Dra. Shalise Adams: 27:56 Acho que isso acontece, e não acho que seja intencional. Não acho que seja vingativo, mas, às vezes, achamos que, se somos casados, temos tudo planejado, e isso não é verdade. Às vezes, se as pessoas pensam que somos solteiros, então devemos fazer isso A, B e C para não ficarmos solteiros, isso também não é correto. É apenas a vida em que estamos agora. Não acho que o fato de eu ser solteiro seja um problema a ser resolvido. Não é algo com que alguém precise se preocupar. Apenas me envolvam e me ajudem a pertencer ao lugar em que estou e me deixem oferecer o que tenho, porque isso pode ser algo diferente do que outra pessoa tem. Quando nos reunimos dessa forma e todos oferecemos o que podemos, é isso que faz com que as amizades e a comunidade que temos, como igreja, sejam lindas.
- Hank Smith: 28:50 Oh, eu realmente gosto disso. Posso ver em minha própria mente que você tem um casal de vinte e poucos anos que entra em sua ala, e depois tem uma pessoa solteira que está na casa dos 40 anos e você quase gravita em torno desse jovem casal dizendo: "Tudo bem, vocês sabem o que estão fazendo", em comparação com esse adulto solteiro experiente. Mas talvez não vejamos isso como um, não sei, não sei qual é a palavra. Alguém que pode contribuir plenamente, talvez.
- Dra. Shalise Adams: 29:19 Seja atencioso e gentil. Não pergunte a alguém por que não está casado, porque quem sabe a dor que talvez tenha nos levado a esse ponto em que estamos solteiros, mas isso não se aplica apenas aos solteiros. Pode se aplicar a alguém que não pode ter filhos. Não pergunte a eles por que não têm filhos. Isso pode ser algo que a pessoa sofra. Seja caloroso e amoroso e aceite as pessoas como elas são, e tudo bem. As pessoas não dizem coisas maldosas, mas coisas impensadas que, muitas vezes, não têm a intenção de ofender. Isso também acontece comigo. Tenho de tomar cuidado para não me ofender, porque acho que, às vezes, isso é muito fácil. Na maioria das vezes, as pessoas são boas e gentis e não querem fazer com que você se sinta menos do que é. A natureza humana não é ser terrível. A natureza humana é não ser terrível, então acho que é uma via de mão dupla.
- Hank Smith: 30:07 Temos ouvintes de todo o mundo, então garanto que há algumas mães e avós por aí dizendo: "Eu tenho o garoto para ela". Por isso, adoramos mostrar aos nossos convidados quem está ouvindo e de onde eles estão ouvindo. Faz algum tempo que não fazemos isso. Se você for ao YouTube, deixe um comentário. Acho que a Shalise adoraria saber: "Ei, estou ouvindo de Orem. Estou ouvindo da

		Alemanha". É muito divertido, certo, John, ver alguns desses lugares.
John Bytheway:	30:38	É incrível, também. Sou grato pela tecnologia que torna esse tipo de coisa disponível.
Hank Smith:	30:45	Uma última pergunta. Sabemos que você adora esses seis capítulos e você nos mostrou isso e nos ensinou. Perdi a conta de quantos insights que eu nunca havia pensado e que você deu. Acho que nossos ouvintes ficariam interessados em saber o que você acha do livro inteiro. Você é uma pessoa muito instruída, que está fazendo doutorado. Provavelmente já leu bastante. Com toda a experiência que tem e a educação que possui, como o Livro de Mórmon se compara a tudo isso?
Dra. Shalise Adams:	31:18	O Livro de Mórmon muda tudo. O Livro de Morôni tem sido um estudo divertido e sou eternamente grata por termos tido um profeta que teve tempo extra para escrever essas coisas, mas essas coisas, particularmente em todo o Livro de Mórmon, mudam nossa vida porque nos proporcionam maneiras de comparar as escrituras. Elas nos proporcionam maneiras de sentir o amor de nosso Pai Celestial, o que às vezes parece que não acontece no mundo em que vivemos. O Livro de Mórmon, para mim, é algo que me leva ao Salvador e me lembra quem eu sou, onde quero estar e como chegar lá.
Hank Smith:	31:55	Fui muito edificado hoje. Eu simplesmente sinto isso. Esse sentimento de "uau, esse livro contém as respostas", especialmente quando você tem alguém como Shalise para ajudá-lo a examiná-lo.
John Bytheway:	32:09	O Livro de Mórmon começa com um homem, Leí, e depois vai crescendo e há um enorme grupo de nefitas, e agora estamos com um homem, Morôni, dizendo: "Estamos prestes a ser extintos. Este é o meu último sermão para vocês". Isso é muito poderoso. Estou muito feliz por ele ter resistido. Shalise, muito obrigado por estar conosco hoje.
Dra. Shalise Adams:	32:31	Obrigada.
Hank Smith:	32:33	E com isso, queremos agradecer à Dra. Shalise Adams por estar conosco hoje. Queremos agradecer à nossa produtora executiva, Shannon Sorensen, e aos nossos patrocinadores, David e Verla Sorensen. Em cada episódio, lembramos de nosso fundador, Steve Sorensen. Temos mais duas lições, John. Apenas mais duas lições sobre followHim.



- Hank Smith: 00:02 Olá a todos. Bem-vindos a mais um FollowHIM Favorites. John e eu estamos compartilhando uma única história para acompanhar a lição semanal do Vem, e Segue-Me. John, estamos no livro de Morôni, sobre o qual você escreveu um livro.
- John Bytheway: 00:15 Eu fiz. Morôni, capítulos um a seis.
- Hank Smith: 00:18 Então, já que você escreveu o livro sobre isso, bem, Morôni pode dizer que escreveu o livro sobre isso, conte-me que história você tinha em mente.
- John Bytheway: 00:27 Bem, tenho uma bela história sobre o sacramento, e na verdade a ouvi em um simpósio do SEI anos atrás. Eles costumavam dar fitas cassete para esses simpósios. E foi o Élder Gerald Lund. Também o irmão Gerald Lund, que escreveu a série Work and the Glory. Ele disse que havia dado uma palestra certa vez e alguém depois o parou e disse: "Quero que você leia este artigo da revista. É sobre a Expição". Ele disse: "Está bem".
- 00:51 Ele recebeu uma revista que se chamava Private Practice. Era uma revista para médicos e falava sobre escalada em rocha, e ele pensou: "O que diabos escalada em rocha tem a ver com médicos?" Antes de mais nada, e com a Expição, talvez seja isso que os médicos fazem quando não conseguem um horário para ir ao tee, eles escalam em rocha, mas ele disse: "Estou lendo este artigo, é sobre amarração", e ele disse: "Amarração é um sistema de escalada em que dois caras escalam e você está preso a um parceiro e sobe até uma certa altura. Você coloca alguns instrumentos nas fendas da rocha para que eles possam suportar não apenas o seu peso, mas também o peso do seu parceiro, e então você olha para baixo e diz: 'Você está em segurança'".
- 01:32 E eu me lembro de ouvir belay em Star Trek, sabe, "Belay that order", que significa parar aquilo ou algo assim. Então pensei: "Ah, acho que um belay é uma parada ou algo assim", e ele disse que era assim que eles subiam a montanha. Um subia e depois parava e dizia: "Você está no belay". O outro cara subia, mas alguém estava sempre ancorado na rocha e preso um ao outro para poder pará-lo se ele caísse".

Hank Smith: 01:53 John, tenho que lhe dizer, isso é algo que eu não conseguiria fazer.

John Bytheway: 01:56 Bastante confiante.

Hank Smith: 01:57 Sim.

John Bytheway: 01:57 Ele disse que o alpinista que eles entrevistaram se chamava Czenskush, como C-Z-E-N-S-Kush. Czenskush era o nome dele. Czenskush, quando o entrevistaram, ele disse: "Algumas de minhas melhores e piores experiências em escalada em rocha foram durante a amarração". Ele disse: "Certa vez, escorreguei. Comecei a cair. Era uma face de rocha muito íngreme. Eu estava descendo muito rápido. Arranquei três suportes, meus suportes de segurança, da rocha. Comecei a arrastar meu parceiro", e ele disse: "Meu parceiro me salvou com a força de seus braços estendidos, segurando a rocha", e ele disse: "Ele me parou. Eu estava de cabeça para baixo, cerca de 3 metros acima do chão, sem mais nem menos."

02:43 Ele era muito engraçado, esse Czenskush, esse homem. Ele disse: "Como você responde a alguém que acabou de salvar sua vida?" Ele disse: "Dê a ele uma nova corda de escalada no Natal". E então ouça isso, Hank. É aqui que você ouvirá o sacramento. Ele disse: "Não, você só se lembra dele. Você sempre se lembra dele. Você nunca se esquece dele". E foi aí que o irmão Lund disse: "Ok, estou vendo por que isso está falando sobre a Expição e o sacramento". Como você reage a alguém que salvou sua vida com a força de seus braços? Você sempre se lembra dele. Você nunca se esquece dele. Às vezes, quando ouço o padre dizer isso, "E sempre se lembrar Dele", penso em alguém que nos salvou da queda.

Hank Smith: 03:27 Sim, da queda.

John Bytheway: 03:29 Da queda, certo? Está vendo como eu inseri isso aí?

Hank Smith: 03:32 Sim. John, "Lembre-se sempre Dele", ou "Lembre-se Dele", não é a única promessa feita em ambas as orações sacramentais?

John Bytheway: 03:40 Sim. A palavra "lembrar" e "recordação" estão em ambas. Já falamos sobre isso antes, mas o Presidente Kimball disse a famosa frase: "Quando você procura no dicionário a palavra mais importante, você sabe qual é?" Ele disse: "Poderia ser lembrar". Se você quiser ter uma experiência divertida, preste atenção nos "lembra" e nos "esquece" do Livro de Mórmon na próxima vez que for ler o livro.

Hank Smith: 04:00 Sim. Lembrar para lembrar. Eu adoro isso. Essa história me dá o...

John Bytheway: 04:05 Você não quer ficar de segurança tão cedo?

Hank Smith:

04:07

Vou manter meus pés no chão. Sinto que estar no ar é para os pássaros. Isso parece assustador para mim. Bem, esperamos que se junte a nós em nosso podcast completo. Ele se chama FollowHIM. Você pode obtê-lo em qualquer lugar que receba seus podcasts. Esta semana, estamos aqui com a Dra. Shalise Adams. Ela é audiologista, John, e nos fala sobre o ouvido e a perda auditiva e como recuperar a audição, e relaciona isso a lições maravilhosas nesses capítulos. Então, junte-se a nós lá e volte na próxima semana. Faremos outro FollowHIM Favorites.