

PÁGINAS LOCAIS DA LIAHONA

MENSAGEM DE LIDERANÇA DA ÁREA DA EUROPA

Crescimento Contínuo do Testemunho Pessoal

Elder Patrick Kearon, Grã-Bretanha

Primeiro Conselheiro da Presidência da Área de Europa

O Elder David S. Baxter disse recentemente: “Mesmo que às vezes a nossa fé pareça ser do tamanho de um grão de mostarda, à medida que progredimos, a Providência divina irá acompanhar-nos. Se buscarmos a ajuda de Deus, recebê-la-emos, talvez até mesmo de formas inesperadas.”¹

O Elder Baxter, referia-se à adversidade quando escreveu essas palavras e creio que também se aplicam aos momentos bons. O segredo é seguir em frente. Foi dito que, se não nos estamos a mover para a frente, caímos para trás. Precisamos de nos expandir e crescer para manter a nossa fé forte e vibrante, exercitando constantemente os nossos músculos espirituais. O Presidente Henry B. Eyring disse: “A grande fé colocada na prateleira tem um curto prazo de validade.”² Isso faz-me lembrar daqueles momentos em que a nossa fé e testemunho são mais vibrantes e seguros, e de repente surge algo que abala a nossa fé, ou deixamos de a nutrir numa parceria constante com Deus.

Numa passagem recente por uma grande cidade, fui acordado duas vezes durante a noite por sirenes que se ouviam através da

janela do hotel. Quando amanheceu, olhei pela janela e reparei que o quartel dos bombeiros e proteção civil se localizava mesmo do outro lado da rua. Os bombeiros estavam a trabalhar com um dos seus enormes camiões autoescada. Senti-me cativado pelo exercício de treino em que estavam envolvidos. Eles estenderam um pouco a escada e depois recolheram-na novamente. Em seguida, estenderam-na outra vez, mas desta vez um pouco mais além e depois recolheram-na mais uma vez. Fizeram isto sucessivamente, até que a escada atingiu a sua extensão máxima, alcançando o último piso do edifício onde estavam a praticar. Pareceu-me que este era um exercício que eles realizavam com frequência. Através desta prática constante, eles sabem exatamente o que fazer perante uma chamada de emergência. A equipa de combate a incêndios responde de imediato aos pedidos de auxílio e num instante todos os membros do quartel sabem exatamente onde devem estar e o que fazer numa situação de resgate que afete até os pisos mais elevados dos edifícios.

O mesmo se passa conosco. A nossa fé e testemunho

precisam de ser constantemente exercitados e ampliados para expandir o nosso alcance espiritual. Sabemos as coisas que temos de repetir continuamente para nos mantermos espiritualmente fortes, e mesmo assim podemos tardar em fazê-las, mesmo quando percebemos o quanto elas nos fortalecem e nos abençoam. As nossas devotas orações diárias, o nosso estudo dedicado das escrituras, o jejum regular com um propósito sincero, a frequência regular ao templo, o tempo despendido ao serviço do nosso Pai Celestial e de outros, tudo nos ajuda a ampliar o nosso alcance espiritual e a fortalecer o nosso testemunho. Também nos devemos lembrar que existem algumas coisas que fortalecem o testemunho como partilhá-lo com os outros. Expressar em voz alta o que acreditamos reforça a nossa fé e reforça as nossas convicções. A repetição constante dessas práticas simples, mas poderosas, num sentido muito real, permite-nos “vestir as [nossas] formosas vestes” e atingirmos todo o nosso potencial espiritual.

O Senhor ordena-nos em D&C 82:14: “Pois Sião deve crescer



Elder Patrick Kearon

em beleza e em santidade; suas fronteiras devem ser expandidas; suas estacas devem ser fortalecidas; sim, em verdade vos digo: Sião deve erguer-se e vestir suas formosas vestes.”

Sempre que decidimos ampliarnos e elevar-nos um pouco

mais, ficamos surpresos com a grandiosa recompensa espiritual que advém da nossa extraordinariamente pequena oferta. Nesta época do ano, quando nos lembramos da milagrosa dádiva da expiação do Salvador, podemos facilmente comprometer-nos

a agir de um modo que permita que essas bênçãos inundem as nossas vidas. ■

NOTES

1. David S. Baxter, “Deixar as Adversidades para Trás” *A Liahona*, Dez. 2012, 26.
2. Henry B. Eyring, “Preparação Espiritual: Começar Cedo e Ser Constante”, *A Liahona*, Nov. 2005, 39.

COMO É QUE EU SEI

A conversão ao evangelho de Wang Yongfen, mais conhecida como Cristina Faria

Soraia F., ala Tejo, estaca de Lisboa

Minha mãe chama-se Wang Yongfen mas é conhecida como Cristina Faria. Esta é a história da sua conversão. Tudo começou em Junho de 1996. Ela tinha uma vida muito triste, faltava-lhe a felicidade. Ela tinha dinheiro, saúde, emprego e comida mas estava tão triste que queria morrer. Provem de uma família chinesa em que os pais são budistas. Na sua região é habitual as pessoas serem budistas.

Ela tinha pouco conhecimento sobre o cristianismo, apenas tinha uma Bíblia que havia recebido de uma amiga chinesa, dois anos antes.

Tinha nesta altura 26 anos e achou que era muito nova para morrer. Apesar da grande tristeza que sentia, veio-lhe à mente que ainda tinha muito pela frente para experimentar e para além disso não tinha coragem para se matar. Ela pensou: “Será que existe mesmo um Deus? Será que Ele pode ajudar-me a ser feliz?”

Por esse motivo decidiu orar à sua maneira. Trabalhava nesta altura como empregada num restaurante chinês em Alverca e então numa noite pelas 23 horas, depois de sair do trabalho, ao ir para casa, que ficava no Forte da Casa decidiu pedir ajuda.

Escolheu um sítio ao ar livre para orar ajoelhada e disse: “Deus ajuda-me a ser feliz! Em troca disso eu darei o resto da minha vida para Te servir.”

No dia seguinte, ela foi normalmente para o seu trabalho. Nesse dia enquanto estava a trabalhar, aconteceu um milagre. Apareceram no restaurante 2 missionários americanos, Elder Paken e o Elder

A irmã Cristina Faria com a sua família na capela da ala Tejo em Lisboa



FOTOGRAFIA POR JOANA PAULO

Nelson, eles eram muito alegres e ela pensou: “Como eles conseguem ser tão felizes? Também gostava de ser assim!”

Mas os missionários não estavam ali para ensiná-la. Apenas queriam aprender chinês e ela em troca quis aprender inglês e foi assim que se passou a primeira semana. Enquanto iam aprendendo estas línguas os missionários fizeram-lhe 3 perguntas: Primeiro, de onde vens? Segundo, porque estás aqui? E terceiro para onde vais depois desta vida?

Ela pensou e respondeu: “Não sei, por acaso até gostava de saber.”

Eles ficaram muito contentes por saberem que ela estava curiosa em conhecer o propósito da vida. Então começaram a ensinar-lhe todas as lições missionárias. A minha mãe aceitou com facilidade todos os mandamentos, por exemplo deixou de fumar, beber álcool e começou a pagar o dízimo. O dinheiro que ela gastava no tabaco e nas bebidas alcoólicas deu para pagar o dízimo e ainda sobrou.

Quando os missionários lhe ofereceram o Livro de Mórmon para ler e lhe disseram para orar, ela fazia o que lhe pediam e sentia um Espírito tão forte que até chorava.

Assim que lhe perguntaram se queria ser batizada ela respondeu logo que sim e cumpriu tudo. Passadas duas semanas foi batizada na Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias. Depois do batismo o presidente do ramo de Alverca, Luís Figueiredo chamou-a para servir na Primária como conselheira. Ela não sabia o que era mas aceitou.

Aceitou também o desafio de no ano seguinte ir ao templo e frequentar sempre as reuniões da igreja.

Resumindo, a minha mãe tem feito tudo para cumprir a sua promessa. Aceitou os desafios dos missionários e do seu presidente de ramo e nunca faltou uma só vez à Igreja. Tem participado activamente em todos os seus chamados e actividades da Igreja. Mais tarde encontrou

um digno portador do Sacerdócio com quem se casou. Ela encontrou a felicidade que tanto desejava. O Senhor abençoou-a grandemente com uma família eterna. Tem neste momento 3 filhos e um marido fiel ao Senhor.

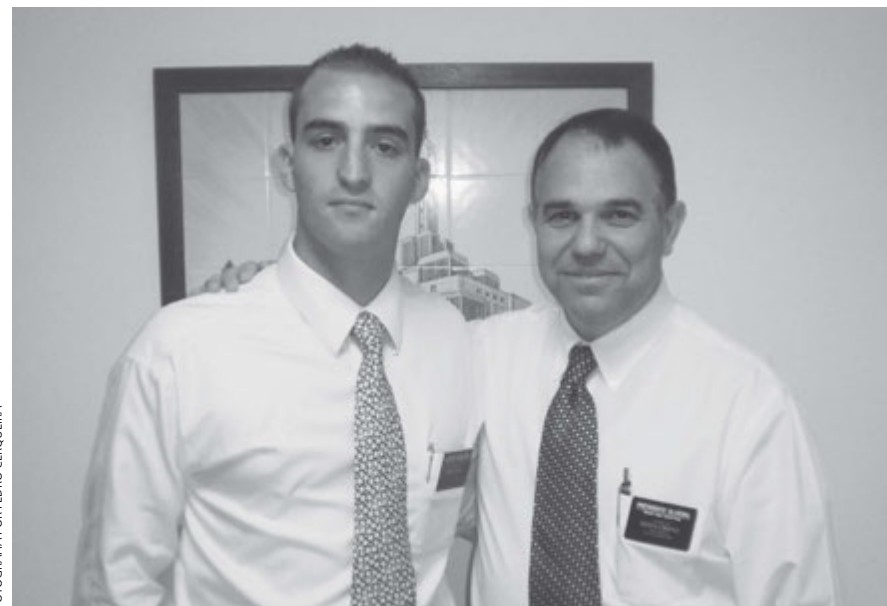
A irmã Cristina serve agora na presidência da Sociedade de Socorro da ala Tejo. Todos os que a conhecem sabem que ela encontra grande alegria trabalhando na Igreja e auxiliando o próximo. A irmã Cristina honra até hoje o compromisso que fez com o Senhor de sempre O servir. ■

O Senhor tem poder para fazer milagres através da nossa fé

Pedro Cerqueira, estaca de Setúbal

Ter servido em Cabo Verde, como missionário do Senhor, foi realmente um privilégio e uma grandiosa bênção do Pai Celestial na minha vida, em especial naquela que para mim é a melhor missão do mundo, a missão Cabo Verde, Praia. Fortaleci o meu testemunho sobre o plano e trabalho do Pai

**Pedro Cerqueira
com o seu
presidente
de missão em
Cabo Verde**



FOTOGRAFIA POR PEDRO CERQUEIRA

Celestial e do seu Filho Jesus Cristo conosco nesta terra, sobre o nosso propósito aqui e sobre a expiação de Cristo, entre muitas outras coisas. Sei que o Senhor vive e que Ele guia a sua obra nesta terra. Sei que Cristo é o Redentor, Senhor e Salvador deste mundo, Ele vive, acompanha-nos e pagou pelos nossos pecados, dores, imperfeições ou qualquer coisa que nos possa afastar do Pai Celestial.

Durante o tempo em que estive em missão, aprendi que o Senhor tem poder para fazer milagres através da nossa fé. Soube que Ele está conosco sempre que precisarmos, que nunca nos desampara, que nunca estamos sós e que cada um de nós tem valor e significado especial para o nosso Pai Celestial.

Jesus Cristo sofreu, dedicou-se a cada um de nós individualmente, conhece-nos melhor que nós próprios e facultou todos os meios para que nós possamos fazer uso do poder da Sua Expição

para nossa própria santificação. Esta é a Sua grande expressão de amor.

A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias é de Cristo e a doutrina nela ensinada é a doutrina do Pai Celestial e do Filho, o sacerdócio é o poder de Deus. Sei que é um dever e privilégio do sacerdócio servir uma missão de tempo integral e sou extremamente grato por poder ter tido este privilégio. Ao seguirmos a Cristo de todo o coração jamais haverá problemas inultrapassáveis ou metas, desafios ou objectivos justos inalcançáveis. Tenho um testemunho pessoal do plano do Pai Celestial e da sua divindade e realidade, e as certezas espirituais que tenho, tenho-as devido ao privilégio que o Pai Celestial me deu de servi-lo num país e missão que mudaram a minha vida e me fizeram conhecer a verdade do evangelho restaurado de Cristo, bem como o Seu poder e tê-los como reais na minha vida. ■

Oração a nosso Pai Celestial

Manuel Ferreira, ala 2 de Viseu, estaca de Coimbra

Nosso Pai que estais no Céu para sempre sejas bendito por tudo que tu nos dás pelo Teu amor infinito O pão nosso de cada dia sempre Senhor Tu nos dás dá-nos também alegria Teu amor e Tua paz Venha a nós o Vosso reino também o teu grande amor para ajudar-nos a vencer nas fraquezas e na dor Perdoa as nossas ofensas pois somos tão pecadores para quando deixarmos esta vida não precisarmos sofrer mais dores E não nos deixes cair nas garras do inimigo dá-nos Teu Santo Espírito livra-nos de todo o perigo Que a Tua santa vontade sempre possamos respeitar par que no julgamento final Teu reino possamos herdar E eternamente Contigo sempre possamos habitar na Tua real mansão para sempre te adorar Todas estas grandes bênçãos nós Te queremos agradecer dá-nos um coração humilde para as podermos merecer. ■

Senti uma enorme alegria, calor e esperança em meu coração. Eram os missionários!

Rosa Batista, ramo de Bragança, estaca de Porto Norte

Vivíamos em Lima, Peru, casei-me e tive de viajar para Bragança. Tinha ouvido que Portugal não dispunha de muitas igrejas, mas esperava que houvesse uma, onde eu pudesse ir aos domingos para renovar os meus convénios com Deus. Procurei mas só encontramos uma capela a duas horas de distância de carro. Ao ler Doutrina e Convénios, só me lembrei das palavras encontradas na secção 84, versículo 106, que diz: “E se houver algum homem entre vós de Espírito forte, que tome

consigo aquele que for fraco, para que seja edificado em toda mansidão a fim de também se tornar forte”.

Eu queria ajudar o meu filho a fortalecer a sua fé em Jesus Cristo. Ele fazia as suas orações, lia o Livro de Mórmon, tinha 12 anos e precisava de receber o Sacerdócio Aarónico. Orámos ao Senhor para nos ajudar porque estávamos muito longe da igreja.

Após seis meses em Bragança, no dia 18 de Janeiro aconteceu algo muito especial para mim.



Rosa Batista e o seu filho, pertencem ao ramo de Bragança na estaca de Porto Norte

Eu e o meu marido saímos do trabalho, como habitualmente às 15h30, e íamos em direção a nossa casa, mas o meu marido decidiu que deveríamos ir por um caminho diferente. De repente a poucos quilómetros vimos um acidente e decidimos tomar a rota do costume para casa. Meu marido comentou: “Deus nos protegeu do perigo. Os jovens não medem o grau de perigo para as suas vidas, quando conduzem a altas velocidades”.

Enquanto íamos para casa vimos ao longe duas pessoas, que acabaram por se aproximar do nosso carro. Senti uma enorme alegria, calor e esperança em meu coração. Eram os missionários! Parámos o carro e fomos conversar com eles. Perguntamos onde estavam a ser realizadas as reuniões de domingo e eles nos indicaram o local. Agradei a Deus em oração por me ter enviado os missionários. Eu estava cheia

de alegria e satisfação por saber que finalmente o meu filho iria receber o Sacerdócio Aarónico.

Eu sei que Deus responde às nossas orações, que Ele dirige a sua Igreja. Sei que o presidente Thomas S. Monson recebe revelações, e que os líderes da igreja são o nosso guia para voltarmos ao reino celestial. É verdade que a Igreja foi restaurada por intermédio do profeta Joseph Smith. ■

Deus vive e nos ama

Paulo Carreiro, ramo de Ponta Delgada, São Miguel, distrito dos Açores

O templo é a casa do Senhor, um lugar de aprendizagem em que se sente o Espírito muito forte e a presença do Senhor. Pesto meu testemunho de que Deus vive e nos ama, e no templo sentimos seu amor, e que as famílias podem ser eternas

e viverem juntas para sempre com Deus e Jesus Cristo. Ao ir ao templo este ano a ser selado pela eternidade pude sentir que este convénio e esta promessa são verdadeiros. Também ganhei uma visão maior do plano do Pai Celestial. Amo a minha esposa e depois do nosso selamento esse amor triplicou e passou a ser um amor celestial porque aprendemos que um dia poderemos ser reis e rainhas. Se pensarmos e olharmos para a vida numa perspectiva eterna as pequenas coisas que muitas vezes nos aborrecem no dia-a-dia passarão por nós sem nos afetar porque estaremos focados naquilo que realmente tem valor. Testifico que ir ao templo vale qualquer sacrifício que tenhamos que fazer em nossa vida e se confiarmos em Deus derrubaremos qualquer barreira que aparecer em nosso caminho. ■

Paulo Carreiro pertence ao ramo de Ponta Delgada no distrito dos Açores



Testemunhos Dos Conselheiros do EFY

Cátia Gonçalves Gago, ramo Póvoa de Santa Iria, estaca Lisboa

Em 2010, participei no EFY como jovem. Fortaleci bastante o meu testemunho, mudei certas características menos boas... O EFY mudou literalmente a minha vida.

Desta vez tive o privilégio de participar no EFY 2012 como conselheira especial (mais conhecida por tapa-buracos... isto porque, como o nome indica, uma das minhas funções era caso houvesse uma falha eu teria de entrar em ação).

Não tive a oportunidade de passar 24h com um grupo de jovens, de os conhecer individualmente, de ser chamada de “mãe”... porém fui chamada de tia, conheci jovens incríveis e pude sentir o amor e carinho deles por mim.

O EFY é realmente uma atividade inspirada... É uma atividade especialmente para os jovens, na qual ganham uma maior noção de que não estão sós neste mundo, de que há muitos jovens iguais a eles, com as mesmas crenças e mesmos padrões; que têm um Pai Amoro- so, que os ama e os conhece a todos, individualmente... Onde aprendem a importância de estar receptivos aos sussurros do Espírito, de estabelecerem metas no seu dia-a-dia e durante a vida, do estudo diário das escrituras,

FOTOGRAFIA POR FAMÍLIA GAGO



Cátia Gago foi conselheira do EFY 2012 em Guimarães

da oração individual, e de compartilhar sempre o seu testemunho em qualquer momento e em qualquer lugar.

Estou grata ao Pai Celestial por ter o evangelho na minha vida. Estou grata por poder ser um instrumento nas mãos dele, de poder servi-lo de maneiras distintas com todo o amor e dedicação. Estou grata por todas as bênçãos que ele me dá.

Eu sei que esta é a única Igreja verdadeira à face da Terra. É perfeita. Eu sei que o Profeta Thomas S. Monson é um profeta inspirado por Deus. Sei que Jesus Cristo vive e que expiou pelos pecados de cada um de nós para assim nos dar a oportunidade de nos arrependermos. Eu sei que o Pai Celestial escuta e atende nossas orações... pode não ser na altura que desejamos, mas ele responde sempre no momento certo. Eu sei que Deus vive e que me ama. ■

.....

Elizandra Delgado Sequeira, ala de Porto 1, estaca do Porto

Para mim o EFY foi uma experiência que superou todas as expectativas. Orei todos os dias para que aprendesse a amar o meu grupo de moças e a minha companhia, de repente acordo e tenho 25 filhos! Eu conhecia-os a todos, pelo nome, características que os diferenciavam, o que gostavam e o que fazia que que não se sentissem tão à vontade.

Aprendi a amar e a repreender com amor com esses jovens. A me preocupar como uma mãe se preocupa com os seus filhos. O EFY ajudou-me a desenvolver muitas qualidades, a paciência, o amor ao próximo, serviço. Mostrou-me também a importância de estabelecer metas. Eu sei com toda a certeza que se não tivesse trabalhado com metas eu não teria tido sucesso.



Elizandra Sequeira

A minha companhia conseguiu cumprir todas as nossas metas, a pontualidade, servir uns aos outros, promover a união da companhia, o estudo pessoal antes das devocionais e pude ver que mesmo nos tempos livres os jovens queriam estar juntos, viram também a importância de estarmos preparados porque assim poderíamos participar das atividades e chamar o Espírito.

No dia da atividade “O Que Vou Levar Para Casa”, constatámos com alegria que tínhamos conseguido que os jovens se preocupassem uns com os outros. Vimos que se amavam.

O que mais me marcou no EFY foi um devocional com o meu grupo de moças na Quinta-Feira. Na noite anterior tive que

repreendê-las por causa da pontualidade, mas no dia seguinte eu agradei a elas por terem cumprido os horários nesse dia, pelo esforço em chegarem a horas e ao vermos que o dia tinha corrido muito bem.

Depois de falar disse-lhes que ia abraçar cada uma delas antes de nos irmos deitar e com a primeira moça recebi um abraço tão apertado e ela começou a chorar agarrada a mim e ficamos assim abraçadas, simplesmente a chorar, por uns 3 minutos. Tudo parou à nossa volta enquanto as outras moças olhavam para nós. E eu pensei para comigo, consegui o mais importante, que elas saibam que eu as amo. Isto fez-me ver o amor que Jesus Cristo e o Pai Celestial têm por nós e eu disse a mim mesma,

é tão fácil amar estranhos se pensarmos neles como Cristo os vê.

Sou muito grata por esta oportunidade de servir. Vi que quando fazemos o certo, quando estamos ao serviço dos outros não importa o cansaço e as aflições físicas que nos afligem e que a alegria substitui o desânimo. Ver a alegria dos outros eleva e dá-nos forças para continuar. O EFY é um programa inspirado, pensado não só para os jovens mas para todos os que dele participam. Crescemos com eles. Presto testemunhos de que o EFY opera milagres, vemos a clara mudança nos jovens e em nós. Fazemos a diferença e a nossa luz brilha com a intensidade dum sol de verão. ■

Testemunhos Dos Jovens que Participaram No EFY

Vanessa B., ramo Angra-do-Heroísmo, distrito Açores

A minha experiência no EFY está a ser maravilhosa, as pessoas são excelentes. Antes de vir pensava que não ia gostar, mas já no 2º dia não queria voltar para casa. É bom conviver com pessoas como eu, porque nos Açores não temos muitas. Espero que esta experiência me fortaleça ainda mais, porque tenho a certeza que vai ser o melhor da minha vida.

Saymon M., ala Mem-Martins, estaca Oeiras

Eu sei que esta é a Igreja verdadeira, sei que temos um profeta vivo, sou muito grato por ter

minha família na Igreja. Sou grato por estar aqui no EFY e por aprender mais sobre o Evangelho. Sou grato por estar na organização dos rapazes.

Yohel M., ramo Carregado, distrito Santarém

Eu testifico que este é o verdadeiro Evangelho de Deus e que ele nos ama. O propósito do EFY é para fortalecer nosso testemunho e conhecermos os nossos verdadeiros amigos, que nos apoiem e que estejam sempre ao nosso lado. Por isso testifico que o EFY é uma experiência maravilhosa e na qual todos os jovens deveriam participar pelo menos uma vez.

Luís D., ala Seixal, estaca Setúbal

Eu presto testemunho que a Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias é a única Igreja verdadeira à face da Terra. Eu sei também que todos os profetas, o Pai Celestial e Jesus Cristo, todos os líderes são seguidos pelo Espírito Santo. ■

LDS.ORG DE PORTUGAL

Silvia Díez Adriano, editora das Páginas Locais e webmaster do LDS.org

Queridos irmãos, com a criação do novo LDS.org para Portugal, as Páginas Locais da Liahona passarão a conter maioritariamente testemunhos, histórias de conversão, hinos favoritos, escrituras favoritas, experiências espirituais, com uma orientação mais espiritual e intemporal. As notícias de atualidade serão publicadas no site da Igreja para Portugal, no endereço <http://www.igreja-jesus-cristo.pt> ou <https://www.lds.org/church/news?lang=por&country=pt>. Por favor, continuem a enviar-me as vossas contribuições, através do endereço de correio silviadiegz@hotmail.com ou para os irmãos responsáveis das Páginas Locais nas vossas estacas e distritos. ■

AS PÁGINAS LOCAIS SÃO SUAS – ESPERAMOS A SUA CONTRIBUIÇÃO!

Silvia Díez Adriano, Editora das Páginas Locais

Tem uma escritura favorita? Um hino favorito? Ajudou na conversão dum amigo ao evangelho? Gostaria de partilhar o seu testemunho? Porque não o compartilha com todos os membros de Portugal, conseguindo assim inspirar os outros a fazerem o mesmo?

Envie a sua contribuição aos seguintes irmãos/irmãs segundo a estaca/distrito a que pertença:

- **Estaca de Lisboa:** Joana Alcobia Paulo: joanaalcobiapaulo@gmail.com
- **Estaca do Porto:** Sónia Ribeiro: soniaribeiro89@hotmail.com
- **Estaca de Porto Norte:** Arménio Ganga: armenioganga@me.com
- **Estaca de Oeiras:** Simão Martins: martins.simao@gmail.com
- **Estaca de Coimbra:** Juliana Oliveira: julie.lno@gmail.com
- **Estaca de Setúbal:** Carlos Santos: camapesa@gmail.com
- **Distrito de Santarém:** M^a Mercês Silva e Sousa: mersisousa@gmail.com
- **Distrito dos Açores:** Elisabete Ferreira: brigida_1975@hotmail.com
- **Distrito do Algarve:** Cândida Centeio: cmgcandy@gmail.com
- **Distrito da Madeira:** Vânia Bonito: vaniabonito@hotmail.com
- **Portugal:** silviadiegz@hotmail.com

Pedimos que envie as suas fotografias num ficheiro em formato jpeg separadamente e não como parte da notícia. Por motivos legais, passa a ser necessário enviar também o consentimento do fotógrafo, do autor do artigo e das pessoas que aparecem nas fotografias para a futura publicação (para um grupo grande de mais de 25 pessoas não é necessária). Ficamos à espera das suas notícias e artigos. ■