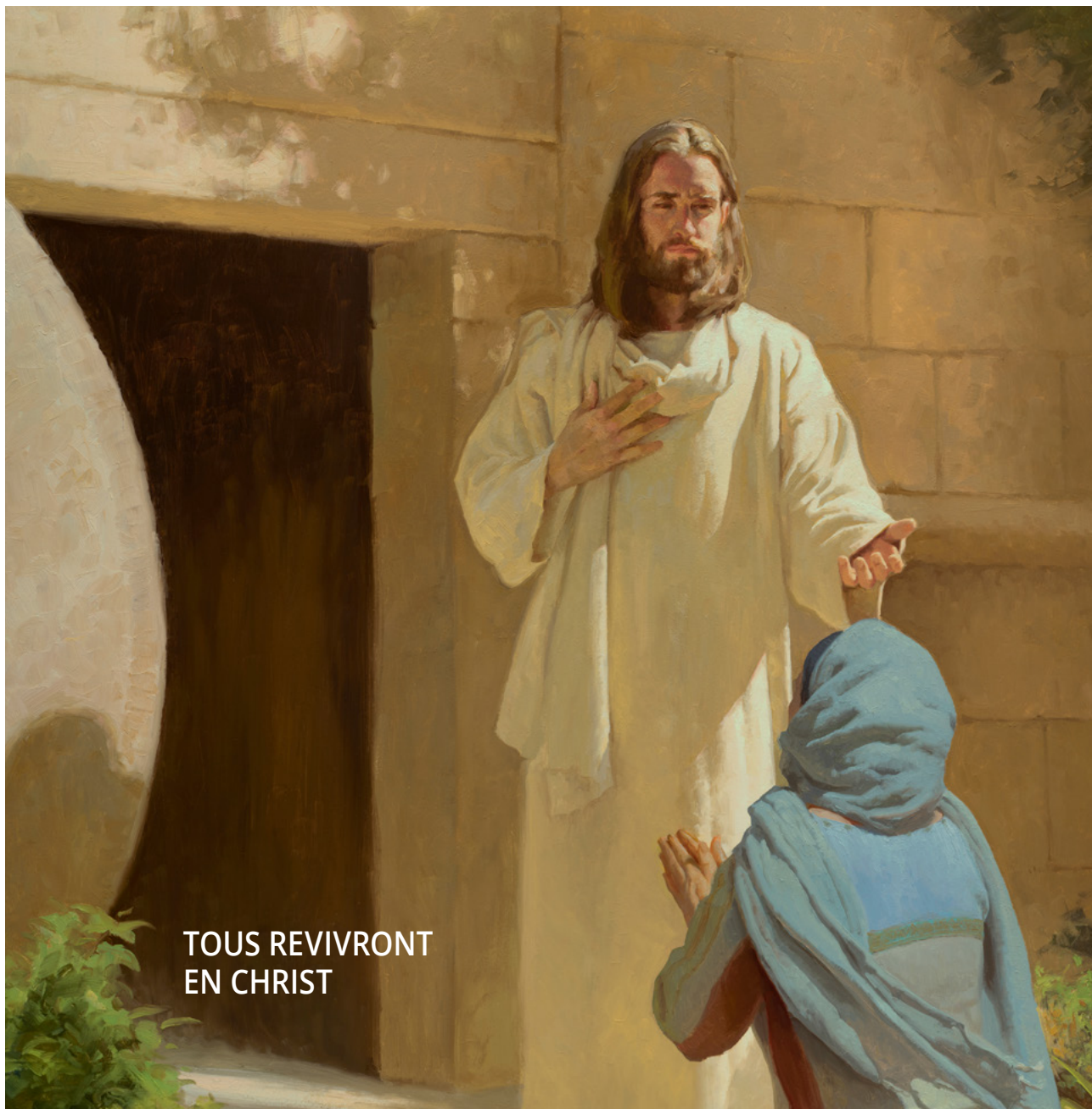


MARS 2024

Le Liahona

Un guide pour nous mener à Jésus-Christ



TOUS REVIVRONT
EN CHRIST

UN ÉVANGILE POUR TOUS

« Il les invite tous à venir à lui », p. 4

COMMENT NOUS SOMMES REVENUS

Neuf histoires de personnes qui
sont revenues à la foi, p. 10



Message de Pâques de la Première Présidence

◆ « *L'aiguillon de la mort est englouti dans le Christ.*

« Il est la lumière et la vie du monde ; oui, une lumière qui est sans fin, qui ne peut jamais être obscurcie ; oui, et aussi une vie qui est sans fin, de sorte qu'il ne peut plus y avoir de mort. »

MOSIAH 16:8-9

En cette période de Pâques, nous vous invitons à réfléchir au sacrifice expiatoire et à la glorieuse résurrection du Sauveur, qui sont des bénédictions pour nous tous.

Par l'intermédiaire de notre Rédempteur, Jésus-Christ, nous recevons ce message d'espoir : « Vous aurez des tribulations dans le monde ; mais prenez courage, j'ai vaincu le monde » (Jean 16:33). Le Sauveur nous fait la promesse que si nous respectons ses commandements et ses ordonnances, nous obtiendrons « la paix dans ce monde et la vie éternelle dans le monde à venir » (Doctrine et Alliances 59:23).

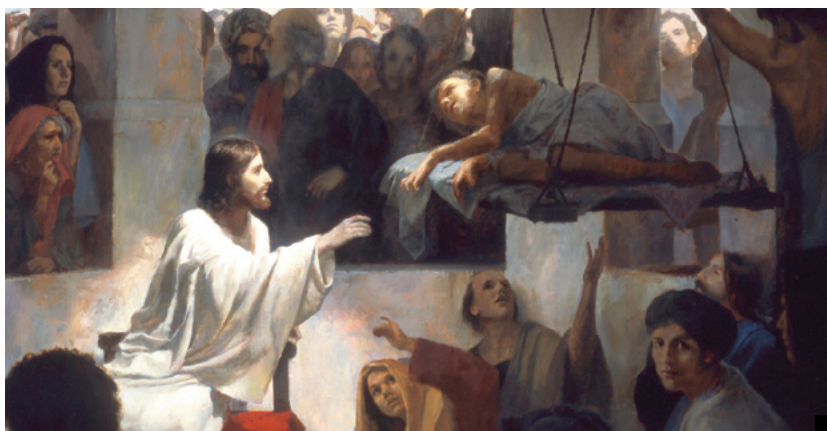
Nous témoignons que Jésus-Christ vit ! « Il est ressuscité » (Matthieu 28:6). Grâce à lui, nous pouvons être guidés et fortifiés lorsque nous portons les fardeaux auxquels nous sommes confrontés dans la condition mortelle. Par notre foi au sacrifice expiatoire du Sauveur, les liens du péché ne peuvent plus nous retenir et les épreuves que nous traversons dans la vie n'auront pas de pouvoir durable sur nous. « L'aiguillon de la mort est englouti dans le Christ » (Mosiah 16:8).

Russell M. Nelson

Dallin H. Oaks

Henry B. Eyring

La Première Présidence



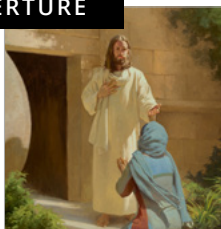
« Nous ne devons jamais mettre de barrière à l'amour du Sauveur ni cultiver la pensée que nous-même ou d'autres personnes sont hors de sa portée. »

Jeffrey R. Holland,
page 4

**À NE PAS
MANQUER !**

Magazine officiel de l'Église de
Jésus-Christ des Saints des
Derniers Jours
Mars 2024
Vol. 25 n° 3
Le Liahona 19284

COUVERTURE



*Le Christ au
sépulcre*, tableau
d'Albin Veselka,
reproduction
interdite ;
citation sur la
couverture tirée de
1 Corinthiens 15:22

SOMMAIRE

4 Le Sauveur de tous, un Évangile pour tous

Par Jeffrey R. Holland

Apprenez comment accepter personnellement l'invitation du Christ à venir à lui.

10 Replanter la semence de la foi

Par Betsy VanDenBerghe

Leçons apprises des personnes qui sont revenues à l'église.

16 Ce que j'ai découvert quand je me suis déconnectée des réseaux sociaux

Par Hailey Adams

J'ai médité sur cette question : « Quelle quantité de temps passé sur les réseaux sociaux est la bonne quantité ? »

18 Accro à une série télévisée : Comment j'ai laissé Dieu prévaloir

Par Kathy Winder Parry

J'ai été sidérée par la différence que cela a fait dans ma croissance spirituelle quand j'ai cessé de regarder cette série télévisée.

22 Trois principes directeurs pour utiliser la technologie et les contenus auxquels elle donne accès

Par Sheldon Martin

Des principes pour utiliser la technologie de manière avisée et positive

25 Récits de foi Paroles de vérité

Par Weiling Chen Canfield (Winnie)

26 Les saints des derniers jours nous parlent

Des membres de l'Église du monde entier racontent des histoires inspirantes de foi.

36 Pour les parents Nous parlons du Christ

38 L'Église est aussi présente ici Jakarta (Indonésie)

Première Présidence : Russell M. Nelson,
Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

Collège des douze apôtres : Jeffrey R.
Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar,
Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson,
Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E.
Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong,
Ulisses Soares, Patrick Kearon

Rédacteur : Randall K. Bennett

Rédacteur adjoint : Ricardo P. Giménez

Consultants : Jan E. Newman, Michael T. Ringwood,
Kristin M. Yee

Directeur général : Jason J. Mitchell

Directeur des magazines de l'Église : Adam C.
Olson

Responsable de l'équipe de publication : Lee
Gibbons

Directeur commercial : Garff Cannon

Coordinateurs : Dillon Boss, Clark Miles

Rédacteur en chef : Martin Baron

Rédacteurs en chef adjoints : Brittany Beattie, Ryan Carr,
C. Matthew Flitton, Mindy Selu

Assistante de publication : Nancy Sutton

Équipe de rédaction : Garrett H. Garff, Chakell Wardleigh Herbert,
Michael R. Morris, Alison R. Wood

Stagiaires de la rédaction : Alyssa Nicole Bradford, London
Brimhall, Abigail Larkins

Directeur artistique : Michael Dunford

Concepteurs graphiques : Ira Glen Adair, Fay P. Andrus, Julie
Burdett, José Chavez, David Green, Bryan W. Gygi, Colleen Hincley

Stagiaire de la conception : Rachel
Richardson

Directeur de la production : Ammon Harris

Production : Evany Pace, Marrisma M. Smith,
Christopher Walker, Derek Washburn

Directeur de l'impression : Steven T. Lewis

Directeur de la distribution : Nelson Gonzalez
Adresse postale : Liahona, Fl. 23, 50 E. North
Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023,
États-Unis.

JEUNES ADULTES

30 Votre place est ici

Par Kristin M. Yee

Comment pouvons-nous avoir un sentiment d'appartenance grâce à notre identité divine ?

34 J'étais entourée de gens, mais je me sentais tout de même seule

Par Anne Aketch

Nous sommes toujours liés à notre Père céleste et à Jésus-Christ.

VIENS ET SUIS-MOI

40 Conduits en toute sécurité là où nous devons être

Par Benjamin M. Z. Tai

Comment le Sauveur nous guide-t-il dans le voyage de notre vie ?

44 2 Néphî 11-33

Articles pour approfondir votre étude du Livre de Mormon.

ENCORE PLUS DE NOUVEAUX ARTICLES DU MAGAZINE LE LIAHONA

Chaque mois, vous trouverez des articles supplémentaires du magazine *Le Liahona* sur liahona.ChurchofJesusChrist.org et dans l'application Médiathèque de l'Évangile. Les sujets varient et comprennent des récits de membres et des idées concernant *Viens et suis-moi*, pour les adultes seuls, sur l'art d'être parent, sur les façons de faire face aux difficultés de la vie avec foi et plus encore.

JA HEBDO

Vous trouverez d'autres articles pour les jeunes adultes dans la section *JA hebdo* de la Médiathèque de l'Évangile : rubrique « Magazines » ou « Adultes » > « Jeunes adultes ».

RETROUVEZ-NOUS EN LIGNE !

Vous trouverez d'autres numéros du magazine sur la page liahona.ChurchofJesusChrist.org. Utilisez le lien qui se trouve sur cette page pour poser des questions, faire des commentaires et raconter vos expériences.

Vous pouvez nous joindre par courrier électronique à liahona@ChurchofJesusChrist.org ou par courrier à l'adresse suivante :
Liahona, floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, Utah
84150-0023, États-Unis

NOTIFICATIONS DE L'APPLICATION MÉDIATHÈQUE DE L'ÉVANGILE

Vous pouvez configurer votre application Médiathèque de l'Évangile pour qu'elle vous avertisse lorsqu'un nouveau numéro du *Liahona* est disponible. Cliquez sur l'icône du menu, puis sur Paramètres, sur Notifications et enfin sur Nouveau contenu.



Le Liahona (terme du Livre de Mormon désignant une « boussole » ou un « directeur ») est publié en albanais, allemand, anglais, arménien, bislama, bulgare, cambodgien, cebuano, chinois, chinois (simplifié), coréen, croate, danois, espagnol, estonien, fidjien, finnois, français, grec, hongrois, indonésien, islandais, italien, japonais, kiribatien, letton, lituanien, malgache, marshallais, mongol, néerlandais, norvégien, ourdou, polonais, portugais, roumain, russe, samoan, serbe, slovaque, slovène, suédois, swahili, tagalog, tahitien, tchèque, thaïlandais, tongien, ukrainien et vietnamien. (La fréquence de publication varie selon les langues.)

© 2024 Intellectual Reserve, Inc. Tous droits réservés. Imprimé aux États-Unis.

Information sur le copyright : Sauf indication contraire, les articles contenus dans *Le Liahona* peuvent être copiés à des fins personnelles

(y compris dans le cadre d'un appel dans l'Église), mais non commerciales. Ce droit peut être révoqué à tout moment. Toute reproduction des images est interdite si une restriction est indiquée dans la référence qui accompagne l'œuvre. Les questions portant sur les droits d'auteur doivent être adressées à Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Fl. 5, Salt Lake City, UT 84150, États-Unis ; adresse électronique : cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

Pour les lecteurs aux États-Unis et au Canada : Mars 2024 Vol. 25 n° 3. LE LIAHONA (USPS 311-480) Anglais (ISSN 1080-9554) est publié mensuellement par l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, États-Unis. Le prix de l'abonnement annuel aux États-Unis est de 10 \$; au Canada, 12 \$ plus taxes applicables. Frais de port des périodiques payés à Salt Lake City (Utah, États-Unis). Tout changement d'adresse doit être signalé soixante jours à l'avance. Veuillez joindre l'étiquette d'un magazine récent ainsi que l'ancienne et la nouvelle adresse. Les

demandes d'abonnement pour les États-Unis et le Canada doivent être envoyées au centre de distribution de Salt Lake City à l'adresse ci-dessous.

Assistance pour les abonnements : 1-800-537-5971. Les règlements par carte de crédit (American Express, Discover, MasterCard, Visa) peuvent être effectués par téléphone ou sur store.ChurchofJesusChrist.org. (Informations postales pour le Canada : Publication Agreement #40017431)

RECEVEUR DES POSTES : envoyez tout UAA au CFS (voir DMM 507.1.5.2). INSTALLATIONS NON POSTALES ET MILITAIRES : envoyez les changements d'adresse à Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, États-Unis.



Par Jeffrey R. Holland

Président suppléant du Collège des douze apôtres



LE SAUVEUR DE TOUS, UN ÉVANGILE POUR TOUS

L'Évangile, l'expiation et la résurrection de Jésus-Christ sont une bénédiction pour tous les enfants de Dieu.

L'Évangile rétabli de Jésus-Christ est, en tout premier lieu et pour toujours, la source d'un bonheur durable, ainsi que d'une paix et d'une joie véritables pour tous en ces derniers jours. Les bénédictions qui découlent de l'Évangile et de la bienveillance illimitée du Christ n'ont jamais été destinées à un petit nombre, autant dans les temps anciens que modernes.

Peu importe à quel point nous pouvons nous sentir inaptes, et malgré les péchés qui peuvent nous éloigner de lui pendant un certain temps, notre Sauveur nous assure qu'il nous « tend les mains toute la journée » (Jacob 6:4), nous invitant tous à venir à lui et à ressentir son amour.



Les bénédictions de l'Évangile pour le monde entier

L'Évangile de Jésus-Christ a été « rétabli dans ces derniers jours pour répondre aux besoins [...] de chaque nation, de chaque famille, de chaque langue et de chaque peuple ici-bas¹ ». L'Évangile transcende toutes les nationalités et toutes les couleurs, et franchit toutes les frontières culturelles pour enseigner que « tous sont pareils pour Dieu » (2 Néph 26:33)². Le Livre de Mormon est un témoignage remarquable de cette vérité.

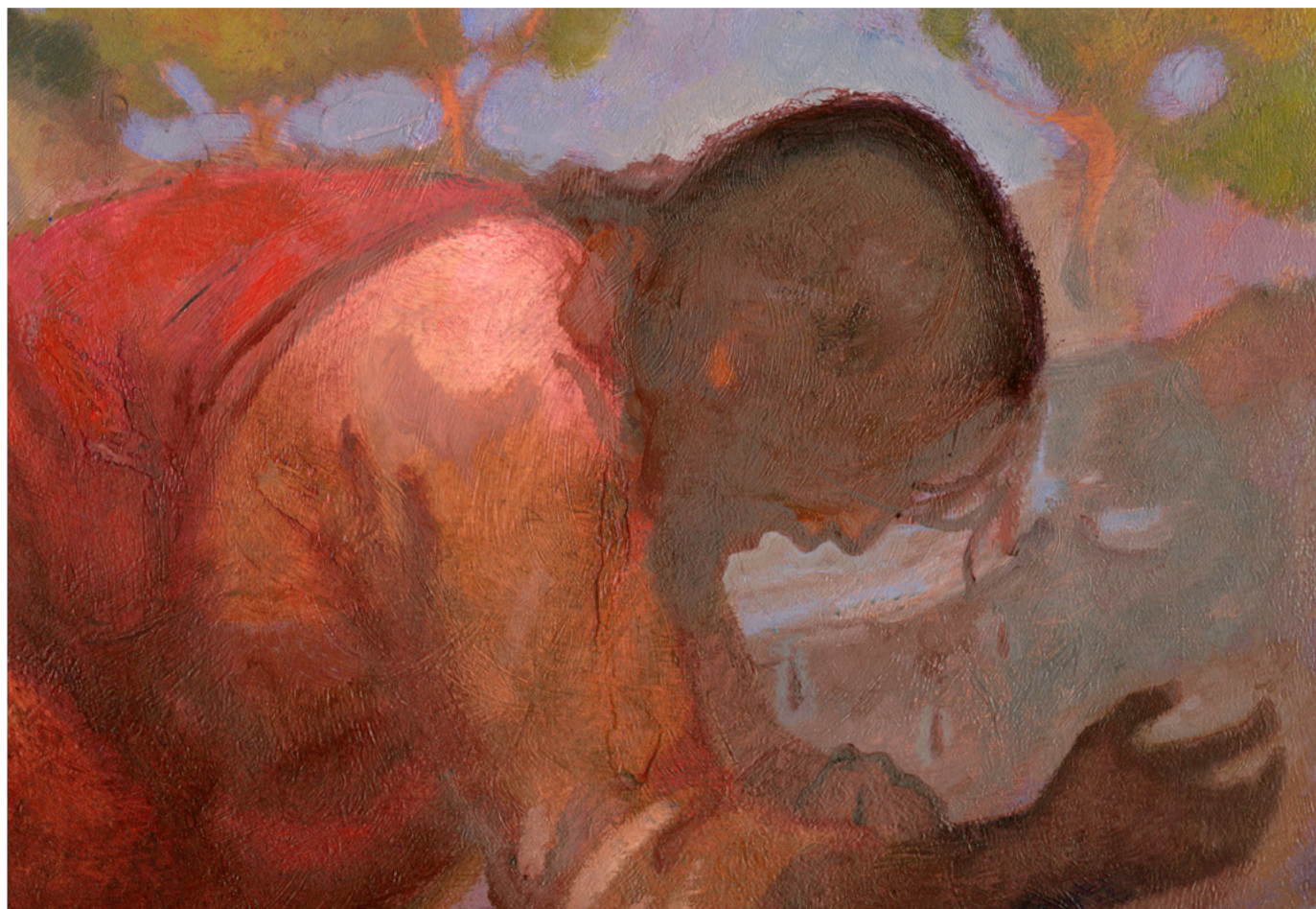
Ces magnifiques annales témoignent que le Christ se souvient de toutes les nations (voir 2 Néph 29:7) et qu'il se manifestera « à tous ceux qui croient en lui, [...] accomplissant de grands miracles, signes et prodiges parmi les enfants des hommes » (2 Néph 26:13). Parmi ces puissants miracles, signes et prodiges, il y a la diffusion de l'Évangile. C'est pourquoi nous envoyons des missionnaires dans le monde entier afin de témoigner de sa bonne nouvelle. Nous faisons également connaître l'Évangile aux personnes qui nous entourent. L'exercice des clés de la prêtrise rétablies pour les vivants et les morts garantit que la plénitude de l'Évangile sera finalement à la portée de

chaque fils et de chaque fille de nos parents célestes, que ce soit dans le passé, le présent ou le futur.

Le cœur de cet Évangile, c'est-à-dire le message central de tous les prophètes et apôtres appelés à l'œuvre, est que Jésus est le Christ et qu'il est venu pour bénir tout le monde. En qualité de membres de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, nous déclarons que son sacrifice expiatoire s'applique au monde entier.

La nécessité d'une expiation infinie et éternelle

En parcourant le monde, je m'entretiens avec un large éventail de membres de l'Église. Je suis inspiré d'entendre comment ils ressentent les bénédictions de l'expiation



de Jésus-Christ dans leur vie, même lorsqu'ils confessent un péché lointain. Comme il est merveilleux que le réconfort purificateur de son expiation soit toujours disponible pour nous tous !

Amulek a déclaré : « Il faut qu'une expiation soit faite, sinon toute l'humanité va périr. » Nous serions à jamais « déchus et perdus [...] sans l'expiation », qui exigeait « un sacrifice infini et éternel ». Car « il n'est rien moins qu'une expiation infinie qui suffise pour les péchés du monde » (Alma 34:9, 10, 12).

Le grand prophète Jacob a également enseigné que parce que « la mort est passée sur tous les hommes, [...] il doit nécessairement y avoir un pouvoir de résurrection » pour nous amener en présence de Dieu (2 Néphé 9:6).

Le péché aussi bien que la mort devaient être vaincus. Telle était la mission du Sauveur, qu'il a courageusement accomplie pour tous les enfants de Dieu.

Le sacrifice de notre Sauveur

Lors de la dernière nuit de sa vie dans la condition mortelle, Jésus-Christ est entré dans le jardin de Gethsémané. Là, il s'est agenouillé parmi les oliviers et a commencé une descente dans une profondeur d'agonie que vous et moi ne connaissons jamais.

Là, il a commencé à prendre sur lui les péchés du monde. Il a ressenti toutes les douleurs, toutes les difficultés et tous les chagrins, et il a enduré toutes les angoisses et les souffrances que nous connaissons, vous, moi et toutes les âmes qui ont vécu ou vivront un jour. Ces souffrances intenses et infinies l'« ont fait trembler de douleur, [lui], Dieu, le plus grand de tous, et [l']ont fait saigner à chaque pore » (Doctrine et Alliances 19:18). Lui seul pouvait réaliser cela.

*Nul n'était digne de s'offrir
pour payer la rançon.
Lui seul pouvait à tous ouvrir
les cieux à la moisson³.*

Jésus a ensuite été emmené au Calvaire et, au moment le plus tragiquement injuste de l'histoire de ce monde, il a été crucifié. Personne ne pouvait lui prendre sa vie. Étant le Fils unique de Dieu, il détenait



Ces souffrances intenses et infinies l'« ont fait [...], [lui], Dieu, le plus grand de tous [...], saigner à chaque pore »

(Doctrines et Alliances 19:18).

le pouvoir sur la mort physique. Il aurait pu prier son Père et des légions d'anges seraient venues vaincre ses bourreaux et démontrer sa domination sur toutes choses. Lorsqu'il a été trahi, Jésus a demandé : « Comment donc s'accompliraient les Écritures d'après lesquelles il doit en être ainsi » (Matthieu 26:54) ?

Par obéissance parfaite à son Père et par amour parfait pour nous, Jésus a volontairement donné sa vie et a accompli son sacrifice expiatoire infini et éternel, qui remonte le temps et s'étend à toute l'éternité.

La victoire de notre Sauveur

Jésus a commandé à ses apôtres de poursuivre son œuvre après sa mort. Comment s'y prendraient-ils ? Plusieurs d'entre eux n'étaient que de simples pêcheurs et aucun n'avait été formé dans les synagogues pour le ministère. À ce moment-là, l'Église du Christ semblait vouée à l'extinction. Mais les apôtres ont trouvé la force d'assumer leur appel et de façonner l'histoire du monde.

Qu'est-ce qui a fait que la force naisse d'une telle faiblesse apparente ? Frederic Farrar, dirigeant érudit de l'Église anglicane, a déclaré : « Il n'y a qu'une seule et unique réponse possible : la résurrection des morts. Toute cette vaste révolution était due à la

puissance de la résurrection du Christ⁴. » En qualité de témoins du Seigneur ressuscité, les apôtres savaient que rien ne pouvait empêcher cette œuvre de progresser. Leur témoignage a été une source de soutien pour l'Église primitive, qui a surmonté tous les obstacles.

En cette période de Pâques, en tant que l'un de ses témoins ordonnés, je déclare qu'un beau dimanche matin, le Seigneur Jésus-Christ est ressuscité de la mort pour nous fortifier et briser les liens de la mort pour tous. Jésus-Christ vit ! Grâce à lui, la mort n'est pas notre fin. La résurrection est le don gratuit et universel du Christ pour tous.

Venez au Christ

L'Évangile et l'expiation de Jésus-Christ sont destinés à tous, c'est-à-dire à chacun de nous. La seule façon de recevoir toutes les bénédictions liées au sacrifice expiatoire du



Sauveur est d'accepter personnellement son invitation : « Venez à moi » (Matthieu 11:28).

Nous venons au Christ lorsque nous exerçons notre foi en lui et que nous nous repentons. Nous venons à lui lorsque nous nous faisons baptiser en son nom et que nous recevons le don du Saint-Esprit. Nous venons à lui lorsque nous respectons les commandements, recevons les ordonnances, honorons les alliances, embrassons les expériences du temple et menons le genre de vie que mènent les disciples du Christ.

Vous serez parfois confrontés au découragement et à la déception. Vous pourrez avoir le cœur brisé, pour quelqu'un que vous aimez ou pour vous-mêmes. Vous pourrez être accablés par les péchés d'autres personnes. Les erreurs que vous avez commises, y compris peut-être celles qui sont graves, pourront vous faire craindre que la paix et le bonheur vous ont quitté pour toujours. Dans ces moments-là, rappelez-vous que le Sauveur non seulement se charge du fardeau du péché, mais qu'il a aussi « [souffert] des douleurs, des afflictions et des tentations de toute sorte » (Alma 7:11), y compris les vôtres ! En raison de tout ce qu'il a traversé pour vous, il sait personnellement comment vous aider à accepter son invitation à changer : « Venez à moi. »

Tout le monde est le bienvenu

Jésus-Christ a clairement indiqué que tous les enfants de notre Père céleste ont un droit égal aux bénédictions de son Évangile et de son expiation. Il nous rappelle que « tous les hommes ont cette possibilité, les uns comme les autres, et nul ne se la voit interdire » (2 Néphi 26:28).

« Il les invite tous à venir à lui et à prendre part à sa bonté, et il ne repousse aucun de ceux qui viennent à lui, noirs et blancs, esclaves et libres, hommes et femmes » (2 Néphi 26:33).

« Il les invite tous » : c'est-à-dire nous tous ! Nous ne devrions pas placer des étiquettes superficielles et des distinctions artificielles sur nous-mêmes ou sur les autres. Nous ne devrions jamais dresser de barrières à l'amour du Sauveur ni entretenir l'idée que nous ou d'autres personnes sont hors de sa portée. Comme je l'ai dit



auparavant : « Il [n'est] pas possible [pour qui que ce soit] de tomber plus bas que là où brille la lumière infinie de l'expiation du Christ⁵. »

Au contraire, comme sœur Holland et moi-même l'avons enseigné quelques mois avant son décès, il nous est commandé d'avoir la « charité, et cette charité, c'est l'amour » (2 Néph 26:30)⁶. C'est l'amour que le Sauveur nous montre, car « il ne fait rien qui ne soit pour le profit du monde ; car il aime le monde, au point de donner sa propre vie afin d'attirer tous les hommes à lui » (2 Néph 26:24).

Je témoigne que L'Évangile et l'expiation de Jésus-Christ sont pour tout le monde. Je prie pour que vous accueilliez avec joie les bénédictions qu'il vous apporte. ■

NOTES

1. Howard W. Hunter, « L'Évangile, foi globale », L'Étoile, janvier 1992, p. 19.
2. Voir Howard W. Hunter, « All Are Alike unto God » (veillée de l'université Brigham Young, 4 février 1979), p. 1-5, speeches.byu.edu.
3. « Il est une colline au loin », Cantiques, n° 118.
4. Voir Frederick W. Farrar, *The Life of Christ*, 1994, p. 656.
5. Jeffrey R. Holland, « Les ouvriers dans la vigne », Le Liahona, mai 2012, p. 33.
6. Voir Jeffrey R. et Patricia T. Holland, « Un avenir plein d'espoir », réunion spirituelle mondiale pour les jeunes adultes, 8 janvier 2023, broadcasts.ChurchofJesusChrist.org.

L'Évangile et l'expiation de Jésus-Christ

sont destinés à tous, c'est-à-dire à

chacun de nous. La seule façon de

recevoir toutes les bénédictions liées

au sacrifice expiatoire du Sauveur

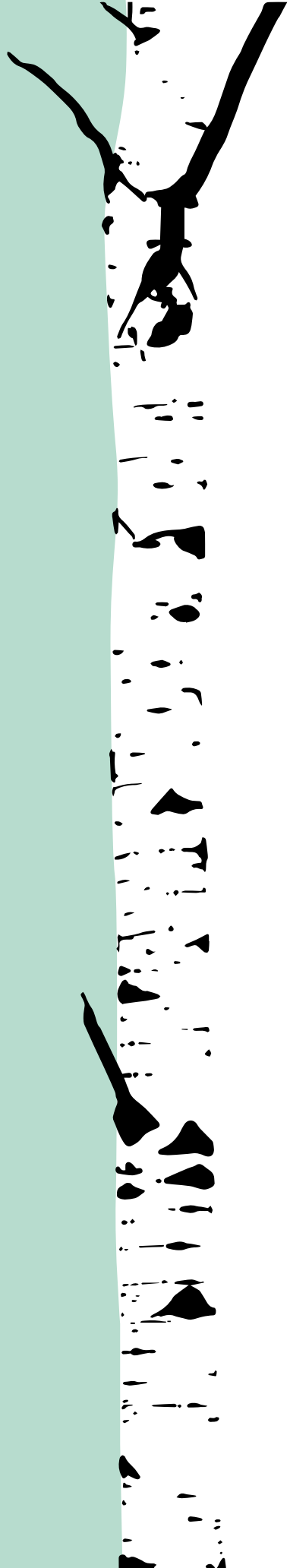
est d'accepter personnellement

son invitation : « Venez à moi »

(Matthieu 11:28).

REPLANTER LA SEMENCE DE LA FOI

Leçons apprises de personnes qui sont revenues à la foi.



Par Betsy VanDenBerghe

Dans un monde qui met souvent en avant les histoires de perte de foi, les parcours plus discrets de retour à la foi passent parfois inaperçus. Mais les histoires de conversion renouvelée illustrent comment des frères et des sœurs dans l'Évangile surmontent leurs doutes, même après avoir quitté l'Église. Leurs histoires illustrent ce qu'Alma enseigne sur le fait de planter la semence. Alma décrit un processus de foi qui non seulement fortifie les personnes qui s'efforcent de faire grandir leur foi, mais aide aussi celles qui luttent avec des questions et des préoccupations.

- Premièrement, nous devons comprendre que « la foi, ce n'est pas avoir la connaissance parfaite » (Alma 32:21).
- Ensuite, nous « fai[sons] preuve d'un tout petit peu de foi » ou même simplement du « [désir de] croire » (verset 27).
- Nous plantons la semence, la parole de Dieu, dans notre cœur (voir le verset 28).
- Pendant ce processus, nous nourrissons les racines spirituelles avec patience et acceptons l'aide d'amis dans l'Évangile pour faire pousser un arbre planté en Christ, « jaillissant jusque dans la vie éternelle » (verset 41).

« La foi, ce n'est pas avoir la connaissance parfaite des choses ; c'est pourquoi, si vous avez la foi, vous espérez en des choses qui ne sont pas vues, qui sont vraies » (Alma 32:21).

Alba Lucia Fonseca, membre de l'Église vivant aux États-Unis, a vu de la documentation sur Internet qui l'a conduite à remettre en question ses croyances religieuses et elle a perdu la foi rapidement. Dans un premier temps, elle a rejeté la semence de la foi par ses doutes, mais ensuite elle a commencé à parler avec un membre plein de sollicitude et de connaissance, et elle s'est rendu compte que son incrédulité suscitait aussi des questions.

« Ma compréhension des concepts de l'Évangile et de l'histoire de l'Église était loin d'être aussi complète que je l'avais supposé », explique-t-elle. « Cela m'a rendue humble et m'a aidée à me rendre compte que j'avais encore beaucoup à apprendre, et que la foi ne consiste pas à arriver au point où l'on a la réponse à toutes ses questions. » Alba a pris conscience que d'autres « choses de valeur dans la vie, telles que la famille, les études, la carrière professionnelle, comprennent une part de risque, des sacrifices, des incertitudes et des efforts tout au long de la vie ».

Elle explique « Je suis revenue à l'Église et je peux affirmer qu'entretenir sa foi vaut aussi largement la peine de produire ce genre d'effort. »

Le président Nelson a enseigné : « Le Seigneur n'exige pas une foi *parfaite* pour que nous ayons accès à son pouvoir *parfait*. » Mais il souligne aussi que notre foi nécessite des efforts continus pour

continuer de grandir¹. Le président Nelson a expliqué que les fondations d'origine du temple de Salt Lake City ont bien servi pendant plus d'un siècle, mais qu'aujourd'hui elles ont besoin de rénovations importantes. Nous aussi devons de temps à autre renforcer nos fondations spirituelles pour « résister aux périls et aux pressions à venir² ». Lorsque, comme Alba, nous sommes confrontés parfois à des informations difficiles, notre désir de certitude peut nous conduire de la croyance élémentaire à l'incrédulité élémentaire, en passant outre les efforts nécessaires pour fortifier et renforcer notre fondation spirituelle.

Les personnes qui étudient les histoires de retour à la foi ont trouvé utile de voir la foi comme un parcours de toute la vie, comportant plusieurs étapes³. Nous pourrions commencer par une croyance simple comme celle d'un enfant, mais il arrive un moment où cette foi d'enfant fait face à des questions et à des préoccupations. Bien que notre foi, sans être mise à l'épreuve, nous ait bien servi de fondation spirituelle, nous devons maintenant passer, par la complexité, d'une foi simple à une foi mûre, qui puisse résister à des difficultés ultérieures⁴. Il pourrait sembler plus facile, presque un soulagement, d'abandonner la foi, mais de grandes récompenses jalonnent le parcours des personnes qui se tournent vers Dieu et continuent de nourrir leur semence de foi.

Les mises à l'épreuve de la foi ont commencé pour Samuel Hoglund, de Suède, quand les membres de sa famille ont soulevé des questions. Il est passé par une phase où, lorsqu'il répondait à une question, une autre

question survenait. « Ma foi vacillait d'une demi-heure à la suivante, explique-t-il, jusqu'à ce que je me rende compte que ce processus et mon besoin de certitude étaient insupportables. » Au lieu d'essayer de résoudre chaque question relativement mineure, Samuel a décidé d'étudier les questions importantes, celles qui étaient essentielles pour avoir une fondation solide en Jésus-Christ. Accompagnée de la prière et de l'étude des Écritures, la recherche de Samuel, comme celle d'Alba, lui a enseigné combien il avait encore à apprendre, et l'a conduit à des croyances plus matures. « Cette expérience a immensément fortifié ma foi, dit-il, et m'a aussi enseigné que, quand on cherche vraiment, on trouve. »

« Si vous voulez vous éveiller et donner de l'essor à vos facultés, jusqu'à faire l'expérience de mes paroles, et faire preuve d'un tout petit peu de foi, oui, même si vous ne pouvez faire plus que désirer croire, laissez ce désir agir en vous » (Alma 32:27).

« Exercer la foi peut sembler insurmontable », a reconnu le président Nelson. « Il peut parfois arriver que nous nous demandions si nous pouvons rassembler assez de foi pour recevoir les bénédictions dont nous avons si désespérément besoin⁵. » Mais même de petits pas de foi, en commençant par « un tout petit peu de foi » peuvent « agir en vous » et commencer une nouvelle naissance spirituelle.

Après avoir erré spirituellement pendant ses années d'université, Amanda Freebairn, qui vit aux États-Unis, a pris la décision simple

de prier, ce qui l'a conduite à suivre l'inspiration de visiter les jardins de son temple local. Elle dit : « Le fait d'y ressentir l'Esprit a ranimé ma foi. » Retourner à l'église et accepter un appel à enseigner à la Primaire a approfondi sa foi, et elle a continué à suivre des étapes qui l'ont amenée à embrasser pleinement l'Évangile. Elle observe qu'au cours de ce processus, elle a trouvé des réponses à ses questions, dont elle avait désespérément besoin.

À un certain moment, Dan Ellsworth, qui vit aussi aux États-Unis, n'était pas sûr d'avoir encore un tout petit peu de foi à exercer. Sa première confrontation avec les approches académique et historique de l'Ancien Testament a affaibli sa foi en la Bible et porté atteinte à sa croyance en toutes les Écritures. Mais Dan a continué d'aller à l'église et a décidé de faire l'expérience pendant six mois d'un plan consistant à prier, à jeûner et à servir dans l'Église. Par moments, il demandait à ses jeunes filles de prier aussi pour la foi de leur papa.

Au bout d'un certain temps, il a commencé à avoir des expériences spirituelles et à trouver des réponses à certaines des questions qui le préoccupaient le plus. Un jour, alors qu'il se trouvait dans une bibliothèque, il s'est senti poussé à suivre une rangée de livres et à en prendre un. Il y a trouvé des arguments opposés à ceux du livre qui avait initialement ébranlé sa croyance en la Bible. Si cette expérience n'a pas résolu toutes les questions de Dan, elle lui a appris des leçons importantes : « Premièrement, il me fallait être humble quant à la quantité de choses que je pouvais vraiment savoir par moi-même. Et,



deuxièmement, il existe d'autres façons de connaître la vérité, en dehors de la raison : les impressions spirituelles, les résultats positifs des fruits de l'Esprit et les idées qui favorisent des cheminements mentaux, qui ont tous conduit à des convictions et une foi plus fortes que celles que j'avais auparavant. »

Pour Zac Marshall, d'Angleterre, le simple fait de regarder une vidéo d'information sur le Livre de Mormon a ouvert son esprit à la possibilité que le contenu du livre soit plausible. Il explique : « Je l'avais lu auparavant dans le cadre de l'étude des Écritures en famille et par moi-même, sans intention réelle. Mais j'avais cessé d'être pratiquant pendant mon adolescence, alors les preuves que j'ai vues dans la vidéo m'ont incité à lire le Livre de Mormon de manière intentionnelle pour la première fois. » Après avoir fait l'expérience de la parole de Dieu, Zac a commencé à remplacer le doute par la croyance. À présent, il déclare : « L'Église que je considérais autrefois comme restrictive, je la vois maintenant comme libératrice, dans le sens où Jésus a dit : 'La vérité vous affranchira' [Jean 8:32]. »

« Si vous négligez l'arbre et n'accordez aucune pensée à sa nourriture, voici, il ne prendra pas racine » (Alma 32:38).

Tout en faisant de petites choses pour nourrir la foi, nous devons aussi être conscients de nos façons de penser qui font obstacle à la foi. Ayant étudié des histoires de retour à la foi de membres de l'Église dans différents pays, Eric et Sarah d'Evegnée, professeurs à l'université Brigham Young-Idaho, ont fait cette

observation : « Notre manière de penser peut être aussi importante que ce que nous pensons. » Par exemple, supposer que la dévotion religieuse nous préservera de l'inconfort et des difficultés déchirantes de la vie n'est pas vrai et crée des attentes irréalistes. Jésus-Christ a promis de ne jamais nous abandonner mais nous a avertis : « Vous aurez des tribulations dans le monde » (Jean 16:33). D'après Sarah, les difficultés de la vie peuvent « nous amener à voir l'Évangile de manière négative. Parfois, nous rejetons l'idéal quand nous rencontrons des situations qui ne sont pas à la hauteur de cet idéal. »

Don Bradley, auteur et historien indépendant vivant aux États-Unis, a fait face à des questions sur l'histoire de l'Église à un moment de sa vie qu'il a décrit en ces termes : « Je n'étais pas heureux et j'avais un regard chargé de scepticisme. Le cynisme à l'égard de qui que ce soit a un impact négatif sur les relations, et j'ai perdu ma foi et ma relation avec Dieu. » Des années plus tard, Don a entrepris un travail sur l'espérance et la gratitude dans sa vie personnelle.

Il a aussi commencé à examiner des études portant sur les bienfaits de la religion organisée sur la santé mentale et physique. Don explique : « Je ne pouvais pas nier ces études. Petit à petit, je me suis rendu compte que j'avais substitué le scepticisme à la réflexion critique. En ayant une attitude plus optimiste à l'égard de la vie, j'ai retrouvé ma foi en Dieu et en Jésus-Christ. » Don a repris son étude des renseignements historiques auxquels il s'était intéressé précédemment, mais à présent cette même documentation l'a convaincu que Joseph Smith était un prophète de Dieu.

« Si vous nourrissez la parole, oui, nourrissez l'arbre lorsqu'il commence à pousser, [...] vous récolterez les récompenses de votre foi, et de votre diligence, et de votre patience, et de votre longanimité » (Alma 32:41, 43).

Même en ayant le désir de faire l'expérience de la parole de Dieu et d'avoir un esprit optimiste, revenir à la foi et à la participation à l'église peut être un processus décourageant et presque accablant. L'effort exige non seulement de la patience, du courage et de l'humilité, mais aussi l'amour des amis et des membres de la famille. Accepter l'aide d'amis sincères nourrit la semence et lui permet de prendre racine au lieu de se flétrir.

Quand Leo Winegar, des États-Unis, a fait face à des questions au sujet de l'histoire de l'Église, il a appris l'importance d'avoir des amis compatissants. Il explique que « [son] témoignage s'est flétri » tandis qu'il traversait une période de « solitude et de profond désespoir où [il avait] du mal à prier ». Un jour, Leo s'est senti poussé à prendre contact avec un professeur d'histoire de l'Église. Il n'a pas seulement encouragé Leo à reconsidérer son cheminement de doute ; il est aussi devenu un ami proche. Le témoignage de Leo est revenu graduellement, avec l'aide de son mentor et d'années d'étude pleines d'espérance. Au fil du temps, il a trouvé la réponse à de nombreuses questions. Il explique : « Je suis éternellement reconnaissant à mon Sauveur, Jésus-Christ, de m'avoir guidé sur le chemin du retour, et pour les amis qui l'ont représenté. »

Le président Nelson a donné ce conseil : « Si vos amis et votre famille

s'éloignent de l'Église, continuez de les aimer. Ce n'est pas à vous de juger le choix d'autrui, pas plus que vous ne méritez d'être critiqué pour votre fidélité⁶. »

La crainte de telles critiques a tenu Letitia Rule, membre de l'Église d'Angleterre, loin de l'Évangile pendant vingt ans. Elle a souvent voulu y retourner, mais elle a expliqué : « [Je] craignais de passer la porte, de me sentir jugée et qu'on pense que je n'avais pas mené une vie juste. » C'est un diagnostic de santé présentant un risque vital qui lui a donné le courage de franchir ce pas difficile. Les membres de l'Église l'ont accueillie chaleureusement et avec amour et l'ont aidée à retrouver l'envie de prendre part à l'Évangile.

« [Plantez] cette parole dans votre cœur, et lorsqu'elle commencera à gonfler, alors nourrissez-la par votre foi. Et voici, elle deviendra un arbre, jaillissant en vous jusqu'à la vie éternelle » (Alma 33:23).

En terminant son sermon, Alma explique clairement que, bien que les efforts pour nourrir la semence soient cruciaux, ils ne sont pas la semence elle-même. De fait, nous plantons la vraie semence quand nous « commen[çons] à croire au Fils de Dieu, à croire qu'il viendra racheter son peuple, et qu'il souffrira et mourra pour expier ses péchés » (Alma 33:22).

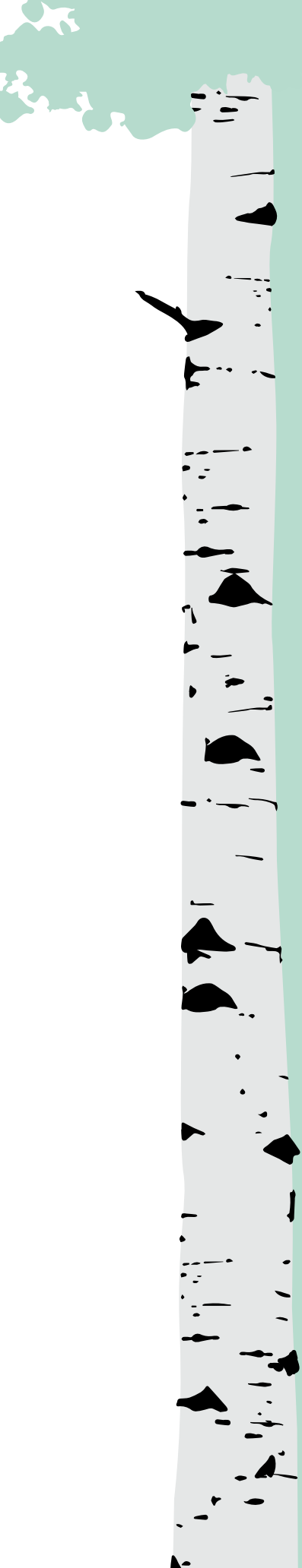
Michael Auras, qui vit en Allemagne, a appris d'importantes leçons sur les priorités de l'Évangile après s'être éloigné de l'Église pendant son adolescence. « Il y a beaucoup de bonnes choses et de bonnes relations dans l'Évangile, mais seule la foi en Jésus-Christ soutiendra notre témoignage »,

explique-t-il. « Mon père et moi avons vacillé tous les deux dans notre foi pendant un temps avec diverses questions, mais nous sommes revenus quand nous avons placé notre foi en Jésus-Christ par-dessus toutes les autres choses. »

Le président Nelson nous donne cette assurance : « Le Sauveur n'est jamais plus proche de vous que quand vous affrontez ou gravissez une montagne *avec foi*⁷. » Jésus lui-même nous fait cette promesse : « Je suis avec vous tous les jours, jusqu'à la fin du monde » (Matthieu 28:20). Il marchera avec nous, nous aimera « d'un amour éternel » (Jérémie 31:3) et nous donnera la vie avec une plus grande abondance (voir Jean 10:10). Les personnes qui sont disposées à planter cette semence découvriront que même leur petite foi peut, grâce au Sauveur, devenir « un arbre jaillissant jusque dans la vie éternelle » (Alma 33:23). ■
L'auteur vit en Utah (États-Unis).

NOTES

1. Voir Russell M. Nelson, « Le Christ est ressuscité : la foi en lui déplacera les montagnes », *Le Liahona*, mai 2021, p. 102-103.
2. Russell M. Nelson, « Le temple et votre fondation spirituelle », *Le Liahona*, novembre 2021, p. 93.
3. Voir Bruce C. Hafen et Marie K. Hafen, *Faith Is Not Blind*, 2018.
4. « Notre foi en [Jésus-Christ] nous guidera à travers les complexités de la vie. En effet, nous découvrirons que la simplicité se trouve de l'autre côté des complexités de la vie car nous demeurons '[fermes] dans le Christ' [2 Néph 31:20] » (Larry S. Kacher, « L'échelle de la foi », *Le Liahona*, mai 2022, p. 25).
5. Russell M. Nelson, « Le Christ est ressuscité », p. 102.
6. Russell M. Nelson, « Des décisions pour l'éternité », réunion spirituelle mondiale pour les jeunes adultes, 15 mai 2022, broadcasts.ChurchofJesusChrist.org.
7. Russell M. Nelson, « Le Christ est ressuscité », p. 103.



**PLANTEZ CETTE
PAROLE DANS
VOTRE CŒUR ET,
LORSQU'ELLE
COMMENCE
À GONFLER,
NOURRISSEZ-LA PAR
VOTRE FOI. ET VOICI,
ELLE DEVIENDRA UN
ARBRE, JAILLISSANT
EN VOUS JUSQU'À
LA VIE ÉTERNELLE.**



CE QUE J'AI DÉCOUVERT QUAND JE ME SUIS DÉCONNECTÉE DES RÉSEAUX SOCIAUX

Par Hailey Adams

En réduisant mon utilisation des réseaux sociaux, j'ai pu être plus présente pour mes enfants et améliorer ma relation avec le Sauveur.

Ces dernières années, je savais que Dieu m'incitait à prendre du recul par rapport aux réseaux sociaux. Je savais que les pauses des réseaux sociaux me faisaient beaucoup de bien, mais je savais aussi que j'appréciais la communauté que j'y trouvais. Je ne savais pas comment concilier ces deux choses ; je savais seulement qu'il fallait que quelque chose change.

J'ai lu un livre qui m'a conduite à méditer sur cette question : « Quelle quantité de temps passé sur les réseaux sociaux est la bonne quantité pour profiter des avantages de la communauté sans toutes les influences négatives ? » Pour moi, la réponse à cette question était environ vingt minutes... par mois. Je me suis fixée l'objectif d'atteindre ce but et, avec l'aide du Seigneur, cela a été plus facile que je ne le pensais.

Ce qui m'a surpris, c'est de voir à quel point ce changement a fortifié ma relation avec mon Sauveur. J'ai mieux ressenti l'amour que le Sauveur a pour moi. J'ai compris plus clairement le plan qu'il a pour moi et j'ai vu plus clairement les besoins des gens autour de moi.

Ne pas laisser les selfies définir ma valeur personnelle

J'ai toujours su que j'étais un enfant de Dieu et qu'il m'aimait. J'ai ressenti l'amour de mon Sauveur pendant des périodes difficiles de ma vie. Mais, trop souvent, j'ai laissé les réseaux sociaux dicter la façon dont je me voyais et ce que je pensais de moi-même. J'essayais de me convaincre que les images idéalistes sur les réseaux sociaux ne m'affectaient pas, mais ce n'était pas vrai. La réduction de mon temps

passé sur les réseaux sociaux m'a permis d'avoir la paix mentale dont j'avais besoin pour entendre le Sauveur me dire ce qu'il pensait de moi. Je ne me rendais pas compte combien cela m'avait manqué de ne pas entendre sa voix jusqu'à ce que j'aie fait plus de place pour lui.

J'ai toujours cru au plan du salut. Je sais que Jésus-Christ occupe une place essentielle dans ce plan. Mais je crois aussi que notre Père céleste a un plan pour chacun de nous. Larry M. Gibson, ancien premier conseiller dans la présidence générale des Jeunes Gens, a enseigné : « Je sais que notre Père céleste se soucie de chacun de nous individuellement et a un plan personnel pour que nous accomplissions notre destinée éternelle¹. »

J'ai passé beaucoup de temps à explorer des contenus pour tâcher



de découvrir quel était mon but. Ma présence sur les réseaux sociaux m'a permis de voir toutes les choses créatives et merveilleuses que les gens faisaient. J'ai appris beaucoup d'eux, mais j'ai passé beaucoup plus de temps à chercher qu'à faire de choses. Depuis que je me suis éloignée des réseaux sociaux, je me suis sentie guidée pour savoir précisément ce que notre Père céleste voudrait que je fasse. Un grand nombre de ces choses m'ont surprise et ont été différentes de ce que je pensais qu'elles seraient, mais elles ont rendu ma vie plus riche et plus abondante.

Le Sauveur est venu pour que nous ayons la vie et que nous soyons dans l'abondance (voir Jean 10:10). Je suis reconnaissante des coups de coude que le Saint-Esprit nous donne pour nous aider à avoir une vie plus abondante.

La vie au-delà de l'écran

Le Sauveur voyait les personnes qui passaient inaperçues aux yeux des autres gens. J'aime beaucoup lire des histoires dans lesquelles il sert de telles personnes et leur enseigne leur valeur. Le temps excessif que je passais sur les réseaux sociaux m'empêchait de voir vraiment les gens dans ma vie personnelle, à commencer par ma famille. Je me suis rendu compte que si mes enfants ne sentaient pas qu'ils avaient toute mon attention, ils chercheraient bientôt auprès de sources extérieures la validation de leur valeur.

J'ai été stupéfaite de l'amour que j'ai pour mes enfants en étant davantage présente avec eux. J'ai aimé mon rôle de mère davantage cette année-là que jamais auparavant. J'ai appris à connaître des voisins et j'ai été plus active

dans ma collectivité. Mes occasions de servir ont augmenté. Je pensais que les réseaux sociaux m'aidaient à être plus informée, mais en réalité je ne vivais pas suffisamment le moment présent pour voir vraiment les besoins des personnes de mon entourage.

Réduire mon utilisation des réseaux sociaux semblait être une chose petite et simple, mais elle m'a permis de faire grandir ma foi de manière significative et d'améliorer ma relation avec mon Sauveur. Je sais que notre Père céleste nous aime, a un dessein pour nous et a des enfants qui ont besoin de se sentir vus par nous aussi. ■

L'auteur vit à New York (États-Unis).

NOTE

1. Larry M. Gibson, « La paternité : notre destinée éternelle », *Le Liahona*, mai 2015, p. 80.

ACCRO À UNE SÉRIE TÉLÉVISÉE COMMENT J'AI LAISSÉ DIEU PRÉVALOIR

*Quand j'ai cessé de regarder cette série télévisée, j'ai senti
l'influence du Saint-Esprit magnifiée dans ma vie.*

Par Kathy Winder Parry

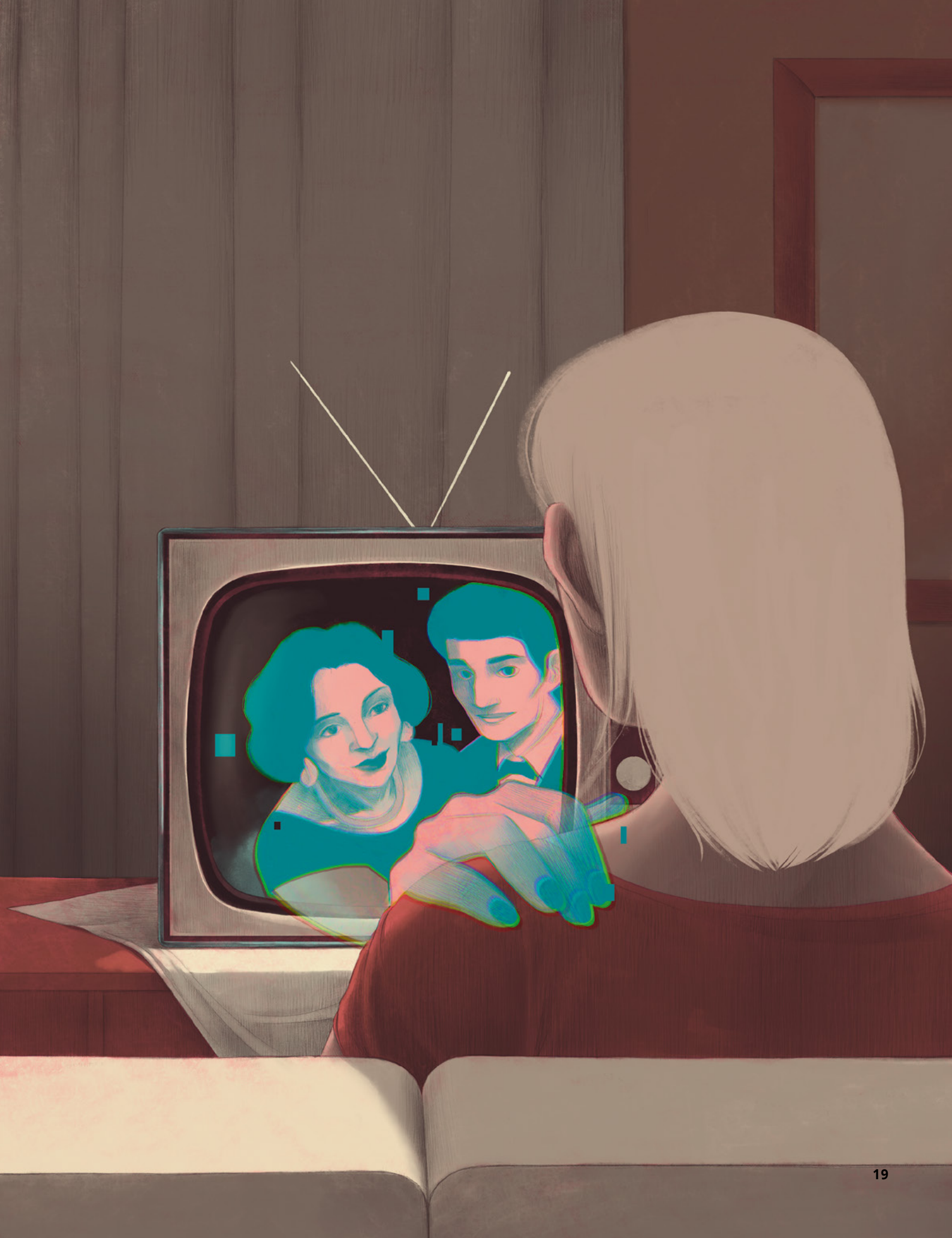
Choisir Jésus-Christ donne un grand pouvoir. « Et combien nous aurons besoin de son pouvoir dans les jours à venir¹ ! » Notre monde est en commotion. L'adversaire semble avoir une plus grande influence sur un très grand nombre des enfants de Dieu. L'impiété est glorifiée et les tentations nous détournent et nous éloignent de ce qui nous rapprochera du Seigneur.

Pour surmonter ce problème, nous devons choisir activement Jésus-Christ dans notre vie et renoncer à ce qui offense l'Esprit. Moroni nous a fait cette recommandation : « Ayez de la sagesse pendant les jours de votre épreuve ; dépouillez-vous de toute impureté » (Mormon 9:28) et nous a lancé cette invitation : « Venez au Christ, et soyez rendus parfaits en lui, et refusez-vous toute impiété ; [...] et aimez Dieu de tout votre pouvoir, de toute votre pensée et de toute votre force » (Moroni 10:32).

Comment pouvons-nous renoncer aux choses du monde et venir au Christ avec plus de zèle ? Chacun de nous est à un niveau différent dans ce processus. Nous pouvons tous abandonner quelque chose qui nous empêche de ressentir l'influence du Saint-Esprit plus pleinement. Nous avons besoin du pouvoir de l'expiation du Sauveur pour le faire et nous devons commencer par exercer notre libre arbitre pour le choisir.

Le désir de s'intégrer

Durant ma dernière année d'études secondaires, je faisais partie d'une équipe de pom-pom girls. Chaque jour, à l'entraînement, les filles de mon équipe parlaient de ce qui se passait dans une série diffusée à la télévision. Je ne l'avais jamais regardée et je savais que c'était une série dénuée de valeurs morales. Mais je me sentais exclue chaque jour à l'entraînement quand les filles parlaient avec enthousiasme de la série. L'Esprit m'a murmuré de ne pas la regarder, mais je voulais désespérément être incluse dans leurs conversations, alors j'ai commencé à la regarder.





Ça ne m'a pas paru si terrible. Je me suis justifiée en me disant que cela ne me nuirait pas. Je savais que je n'allais pas faire les mauvaises choses que je voyais les personnages faire. Je suis devenue « accro » et j'ai regardé la série tous les jours. Quand je suis allée à l'université Brigham Young pour mes études, j'ai organisé mes cours de manière à pouvoir regarder ma série tous les jours. Je n'ai jamais manqué un épisode.

Je me suis mariée et j'ai eu mon premier bébé. Je lui faisais faire une sieste chaque jour pendant la série pour pouvoir la regarder.

Au fil des ans, l'Esprit m'a murmuré à de nombreuses reprises qu'il fallait que je cesse de regarder cette série. Mais j'ai refusé. J'avais un lien très fort avec les personnages et leur vie. C'était ma manière de me détendre, alors j'ai continué à la regarder. J'étais convaincue que cela ne me faisait pas de mal.

L'invitation

Dix-neuf ans après le lycée, je regardais encore la série tous les jours. Lors d'une conférence générale, Sheri Dew, alors deuxième conseillère dans la

présidence générale de la Société de Secours, a parlé de se détourner du monde et des choses profanes. Puis elle a dit : « J'invite chacune d'entre vous à choisir au moins une action possible pour sortir du monde et se rapprocher du Christ². »

Quand elle a lancé cette invitation, j'ai ressenti un déversement de l'Esprit très puissant et j'ai entendu dans mon esprit ces paroles : « Tu dois cesser de regarder cette série *maintenant* ! » C'était très fort, comme si j'avais reçu un coup au visage. J'ai su à cet instant que je ne pouvais plus ignorer cette inspiration. J'ai ressenti une incitation urgente de ne plus jamais regarder cette série. J'ai pris conscience que pas un des personnages ne faisait quelque chose de vertueux ou d'honorable. Je faisais entrer des ordures dans ma vie chaque jour. À ce moment-là, je me suis engagée devant le Seigneur à ne plus jamais la regarder.

Ce n'était pas facile ! C'était difficile de mettre fin à dix-neuf années d'habitude et de dépendance. Lundi est arrivé et c'était l'heure du début de la série. Je me suis dirigée vers la télécommande de la télévision. Je mourais d'envie de l'allumer. Je me suis rappelé mon engagement devant le Seigneur de ne plus jamais la regarder. Je me suis éloignée.

Puis j'ai pensé à mon personnage préféré de la série et je me suis demandé ce qui pourrait lui arriver. Je suis retournée vers la télécommande. J'ai compris que j'avais besoin de l'aide de Dieu, alors je me suis agenouillée et j'ai demandé de la force pour être capable de ne pas regarder la série. J'ai pensé à la promesse que j'avais faite à notre Père céleste et je suis sortie de la pièce. J'ai choisi de suivre les inspirations que j'avais reçues du Saint-Esprit et de respecter mon engagement.

Ce scénario s'est répété chaque jour de cette semaine-là et jusqu'à la suivante. Chaque jour, je me suis agenouillée pour prier et pour supplier d'avoir la force de ne pas la regarder, et chaque jour j'ai choisi Jésus-Christ et je me suis détournée de cette série télévisée qui était immorale. J'ai reçu la force de vaincre qui vient du pouvoir que le Sauveur offre grâce à son expiation.

Après que j'ai fait cela pendant quelque temps, un miracle s'est produit. J'ai complètement perdu tout désir de regarder la série, après l'avoir regardée quotidiennement pendant dix-neuf ans. C'était extraordinaire ! J'ai aussi perdu le désir de regarder toutes les émissions douteuses que je regardais, si bien que j'ai tout arrêté.

Ma conscience a été aiguïlée et j'ai reconnu le mal pour ce qu'il était. Je voulais sincèrement

NE REMETTEZ PAS VOTRE REPENTIR À PLUS TARD

« Je vous en prie, ne craignez pas le repentir et ne le remettez pas à plus tard. Satan se délecte de votre malheur. Coupez-y court ! Chassez son influence de votre vie ! Commencez dès aujourd'hui à goûter à la joie de vous débarrasser de l'homme naturel. Le Sauveur nous aime toujours, mais *surtout* lorsque nous nous repentons. »

Russell M. Nelson, « Le pouvoir de l'élan spirituel », *Le Liahona*, mai 2022, p. 98.



m'abstenir de toute espèce de mal (voir 1 Thessaloniens 5:22). Je n'y étais plus insensible.

La bénédiction la plus extraordinaire

Mais la chose la plus extraordinaire qui s'est produite, c'est que j'ai senti l'influence du Saint-Esprit magnifiée dans ma vie au-delà de tout ce que j'avais connu auparavant. Ma progression spirituelle s'est accélérée de façon radicale. Pendant toutes ces années, je pensais que je bénéficiais de la compagnie du Saint-Esprit, mais en réalité je ne bénéficiais que d'une petite portion de ce que j'aurais pu avoir. Je me suis rendu compte que le fait de regarder ces séries pendant tout ce temps m'avait vraiment nui. J'avais été privée de tant d'années de relation plus forte avec Dieu. Quand j'ai utilisé mon libre arbitre pour renoncer à des choses impures et profanes, l'Esprit a été libre de venir à moi dans une bien plus grande mesure, et quelle différence incroyable cela a fait dans ma vie pour me fortifier, me reconforter et me guider !

Nous avons tendance à nous attacher très fortement à des choses sans valeur, des choses qui, en réalité, ferment la porte aux bénédictions que Dieu veut apporter dans notre vie. Pourquoi échangeons-nous l'influence puissante et habilitante de l'Esprit contre ce qui est amusant ou populaire ? Regarder une série télévisée n'est peut-être pas un grand mal ou un péché énorme, mais cela m'a empêchée d'avoir le Saint-Esprit en grande abondance dans ma vie et a ralenti ma progression spirituelle.

Je suis très reconnaissante que le Seigneur ne m'ait pas abandonnée, mais qu'il ait continué patiemment de me demander d'abandonner quelque chose d'impur pour qu'il puisse remplir ma vie à ras bord de son influence. ■

L'auteur vit en Utah (États-Unis).

NOTES

1. Russell M. Nelson, « Le temple et votre fondation spirituelle », *Le Liahona*, novembre 2021, p. 94.
2. Sheri L. Dew, « Nous sommes des femmes de Dieu », *Le Liahona*, janvier 2000, p. 120.

3 PRINCIPES DIRECTEURS

POUR UTILISER LA TECHNOLOGIE ET LES CONTENUS AUXQUELS ELLE DONNE ACCÈS

À mesure que la technologie continue d'évoluer, ces façons d'aborder son utilisation nous aideront à avancer avec sagesse.

Par Sheldon Martin

Conseiller clinique agréé en santé mentale

Note du rédacteur : Cet article suggère trois principes pour faire de bons choix en matière d'utilisation des ressources accessibles grâce à la technologie. Deux autres articles de ce numéro : « Ce que j'ai découvert en me déconnectant des réseaux sociaux » et « Accro à une série télé : comment j'ai laissé Dieu prévaloir » donnent des exemples réels de mise en application de ces principes.

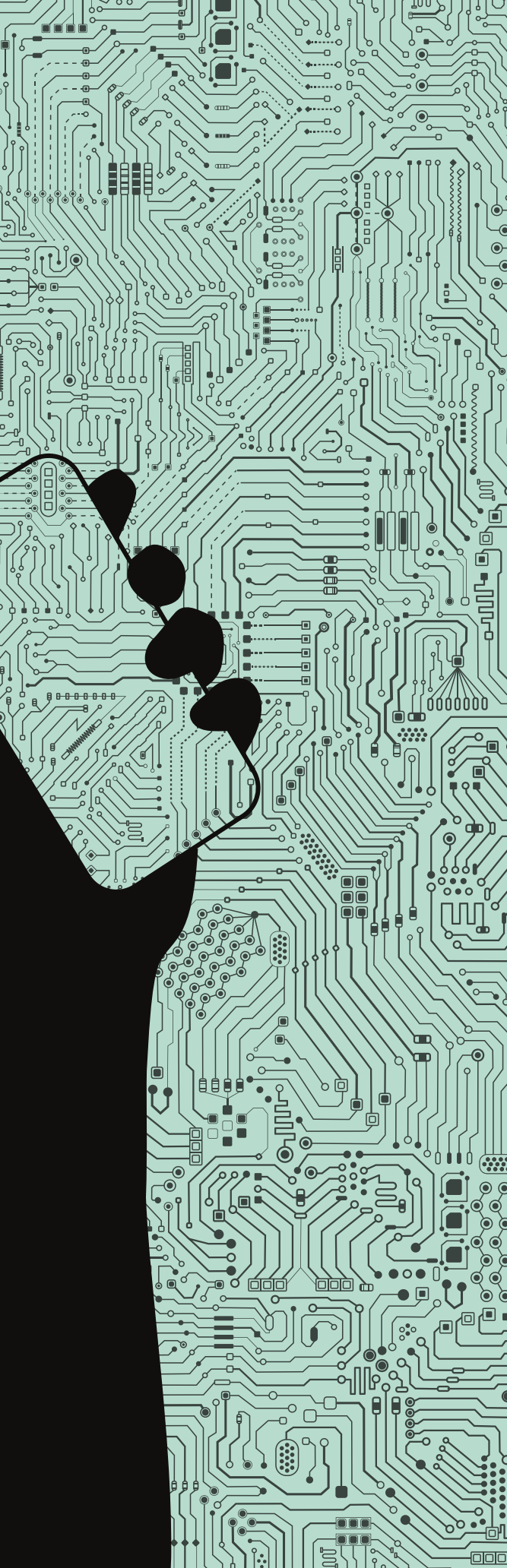
La technologie change continuellement. Et chaque avancée technologique a apporté de nouvelles manières de consommer des contenus. L'imprimerie a changé de manière radicale qui pouvait avoir accès aux contenus écrits. La radio et la télévision ont révolutionné la manière dont nous communiquons des nouvelles, des informations et des divertissements. L'Internet a modifié la quantité de contenus auxquels nous pouvons avoir accès et qui peut en créer. Les réseaux sociaux ont changé notre capacité de trouver des personnes, et de communiquer et nouer des relations avec elles. L'émergence de l'intelligence artificielle nous amène à nous poser de nouvelles questions.

Les nouvelles technologies ne sont jamais entièrement bonnes ou entièrement mauvaises. Il s'agit plutôt d'une loupe qui amplifie de nouvelles possibilités et de nouvelles préoccupations. Quand nous nous efforçons d'être plus chrétiens, ce qui importe est la façon dont nous abordons les nouvelles technologies et les contenus auxquels elles peuvent nous donner accès.

Une méthode basée sur des principes

Il n'existe bien évidemment pas de liste de règles pour guider chaque décision que nous prenons concernant la technologie et les contenus associés. En revanche, nous pouvons apprendre des principes qui nous guideront dans nos choix. Dieter F. Uchtdorf, du Collège des douze apôtres, a enseigné : « Les principes sont éternels et universels. Les règles ou les applications spécifiques de ces principes fonctionnent bien dans certains endroits, mais pas dans d'autres. Ce qui nous unit, c'est Jésus-Christ et les vérités éternelles qu'il a enseignées, même si les applications spécifiques varient au cours du temps et d'une culture à l'autre¹. »

Suivre des principes basés sur les vérités de l'Évangile nous aidera à rester sur le chemin des alliances. L'Esprit nous guidera si nous nous efforçons de faire des choix basés sur ces principes. Alors, quels principes peuvent guider nos choix en ce qui concerne la technologie et les contenus auxquels elle permet d'accéder ?



1

Je peux utiliser mon libre arbitre pour faire des choix afin de contrôler la technologie. Elle ne me contrôle pas.

Il peut parfois sembler que la technologie prend le contrôle de votre vie. Il est important de vous rappeler que vous pouvez faire des choix pour contrôler la technologie. Elle ne vous contrôle pas. Vous pouvez faire le choix délibéré d'utiliser la technologie et les contenus auxquels elle permet d'accéder pour faire du bien et pour rechercher ce qui est « vertueux ou aimable, [...] ce qui mérite l'approbation ou est digne de louange » (Articles de foi 1:13).

Le Seigneur a déclaré : « Moi, le Seigneur, j'ai une grande œuvre à te faire faire » (Doctrine et Alliances 112:6). Réfléchissez à la façon dont vous pouvez utiliser la technologie pour accomplir cette grande œuvre et « œuvrer avec zèle à une bonne cause » (Doctrine et Alliances 58:27). Vous pourriez avoir besoin d'utiliser la technologie dans votre travail. Vous pourriez l'utiliser pour trouver des formes saines de divertissement. Elle peut vous aider à nouer des relations avec les gens. Et elle peut vous aider à apprendre, à progresser et à accomplir l'œuvre du Seigneur. Cependant, d'autres utilisations peuvent vous détourner de vos objectifs, être inconvenantes ou nocives. Au lieu de laisser la technologie vous contrôler, faites preuve de sagesse et suivez les instructions de l'Esprit pour faire des choix qui vous donnent le contrôle.

Question à méditer : Comment est-ce que je me sers délibérément de la technologie ou des contenus auxquels elle permet d'accéder pour accomplir l'œuvre du Seigneur, médifier et édifier les autres ?

2

Quand j'utilise mon libre arbitre pour planifier à l'avance, je me sens mieux et je fais de meilleurs choix.

Peut-être avez-vous fait l'expérience de faire un choix relatif à la technologie qui ne semblait pas juste. Il peut s'agir du type de contenu consommé ou du temps passé à une activité en particulier. Au lieu de vous appesantir jusqu'à l'obsession sur les erreurs que vous avez faites, il est plus sain de vous concentrer sur la croissance continue. Si vous planifiez à l'avance, vous ferez de meilleurs choix que si vous prenez toutes vos décisions sur le moment. Vous pouvez établir des directives personnelles en harmonie avec les principes de l'Évangile pour vous aider à faire de bons choix.

Si vous vous trouvez en situation de faire mauvais usage ou un usage excessif des contenus accessibles grâce à la technologie, ayez le courage de vous efforcer de changer. Par exemple, si certaines formes de médias ne sont pas inspirantes ou ne vous donnent pas un bon sentiment, modifiez vos habitudes. Si vous utilisez la technologie pour consommer des contenus ou pour avoir un comportement que vous savez ne pas être justes, ayez le courage de changer et soyez patient avec vous-même tandis que vous vous efforcez d'effectuer ces changements. Pensez à des choses pratiques que vous pouvez faire pour changer. Par exemple, si vous trouvez plus difficile de prendre de bonnes décisions à certains moments de la journée, planifiez des moments où vous utiliserez la technologie et des moments où vous ne l'utiliserez pas.

De même, si vous utilisez la technologie pour vous fortifier, nouer des relations avec les gens et accomplir l'œuvre du Seigneur, et que vous ressentez l'Esprit, continuez de faire ces choses. Si vous êtes vraiment honnête avec vous-même au sujet de vos choix, votre foi au Seigneur peut vous aider à utiliser votre libre arbitre de manières qui vous aideront à vous sentir mieux et à continuer de faire de meilleurs choix.

Question à méditer : Comment est-ce que j'utilise mon temps en ce qui concerne la technologie et les contenus associés, et y a-t-il des changements que je me sens poussé(e) à faire ?

3

Je peux utiliser mon libre arbitre pour faire une pause.

Peut-être pensez-vous que les questions sur la technologie et les contenus auxquels elle permet d'accéder sont constantes. Quelle quantité peut être considérée comme excessive ? Devrais-je augmenter ou réduire mon utilisation de la technologie et des contenus auxquels elle permet d'accéder ? Est-ce que j'utilise mon temps de façon judicieuse ? Essayez de ne pas laisser des pensées de ce genre vous envahir. N'oubliez pas que vous avez le droit de faire une pause des contenus médiatiques. Une pause peut consister à choisir des activités autres que fixer un écran pendant plusieurs heures, ou même ne pas utiliser certaines technologies, telles que les réseaux sociaux, pendant une période prolongée.

La technologie apporte de grandes bénédictions pour nous aider à rester en contact avec les autres ; toutefois, le fait de *pouvoir* être connecté à tout moment ne signifie pas que nous *devons* être connectés à tout moment. Le Seigneur nous rappelle : « Soyez calmes et sachez que je suis Dieu » (Doctrine et Alliances 101:16). Prenez le temps d'entrer en contact avec lui.

Question à méditer : Est-ce qu'il me serait profitable de faire une pause de certaines technologies ou de certains contenus ?

Faites preuve de sagesse

À mesure que la technologie continuera d'évoluer, nous aurons tous de nombreuses décisions à prendre. Au lieu de nous tourner vers l'Église pour obtenir des règles et des listes précises, nous pouvons nous tourner vers notre Père céleste, le Sauveur, les Écritures et les paroles des prophètes actuels pour trouver des principes qui nous guideront dans nos choix. L'Esprit nous aidera à savoir si nos choix sont justes. Les paroles de Jacob s'appliquent tout autant aujourd'hui que quand il les a enseignées : « Oh ! ayez de la sagesse ! Que puis-je dire de plus ? » (Jacob 6:12.) ■

NOTE

1. Dieter F. Uchtdorf, « Jésus-Christ est la force des jeunes », *Le Liahona*, novembre 2022, p. 12, note 20.



Paroles de vérité

Par Weiling Chen Canfield (Winnie), Taïwan

Après avoir assisté à mon baptême, mes amis et les gens avec qui je travaille m'ont dit qu'ils avaient ressenti quelque chose qu'ils n'avaient jamais ressenti auparavant. Je crois que beaucoup de gens qui ne savent pas comment trouver Dieu et Jésus-Christ ressentiront les mêmes choses que moi quand ils entendront les paroles de vérité.

Scannez le code
pour en savoir plus



J'ai su que j'étais protégée

Par Ljubica Blažević, canton d'Herzégovine-Neretva, Fédération de Bosnie-et-Herzégovine

Dehors, la guerre faisait rage, mais en lisant le Livre de Mormon, je me suis sentie en paix et je n'avais pas peur.

En 1992, la guerre faisait rage en Yougoslavie. Notre ville, Mostar, subissait des bombardements quotidiens. Tous les services publics étaient suspendus, y compris le service postal.

Cependant, le premier avril, on a frappé à ma porte. Quand j'ai ouvert, un homme que je n'avais jamais vu m'a tendu un colis de ma fille, qui vivait à Malaga (Espagne), où elle était devenue membre de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours. Le colis contenait un exemplaire du Livre de Mormon.

J'ai commencé à le lire le jour même. Dehors, la guerre faisait rage, mais en lisant, je me suis sentie en paix et je n'avais pas peur. Plus tard, j'ai appris que la paix que je ressentais était le Saint-Esprit. J'ai su que j'étais protégée et que je ne n'allais pas mourir.

En lisant, j'ai appris qui était Jésus-Christ et qu'il était toujours vivant. J'ai appris ce qu'était le baptême et j'ai découvert l'Église du Sauveur. J'ai senti que tout ce que je lisais était vrai. De temps à autre, ma fille répondait à mes questions.

Quand mon mari est décédé en 2019, j'ai décidé d'aller aux États-Unis, où ma fille vivait désormais. Je voulais la voir et en apprendre davantage sur l'Église rétablie.

Je suis restée quatre mois à Salt Lake City (Utah, États-Unis). Je suis allée à l'église chaque semaine avec ma fille. J'éprouvais un sentiment que j'étais incapable de décrire. J'ai reçu les enseignements des missionnaires. J'ai su que tout ce qu'ils disaient était vrai. J'ai vécu le plus beau jour de ma vie le 27 juillet 2019 quand je suis entrée dans les eaux du baptême et ai été confirmée membre de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours.

Quand je suis entrée dans la salle pour être confirmée après mon baptême, tout le monde pleurait. Le baptême et le don du Saint-Esprit sont de merveilleux dons de notre Père céleste. Après ma confirmation, j'ai eu l'impression que le ciel était ouvert et que nous y étions tous réunis. Par la suite, dans ma bénédiction patriarcale, j'ai reçu de nombreuses promesses éternelles spéciales.

Le Livre de Mormon est vrai. En le lisant et en priant à son sujet, nous pouvons en obtenir un témoignage personnel. Avec ce témoignage, nous saurons que Joseph Smith était un prophète et que, par son intermédiaire, la véritable Église de Jésus-Christ a été rétablie sur la terre. ■

Une tendre miséricorde vingt-cinq ans plus tard

Par Mike Collins (Californie, États-Unis)

Je suis reconnaissant que Dieu se soit servi d'une lettre oubliée pour offrir une de ses tendres miséricordes.

Alors que j'étais instructeur du séminaire matinal à Eureka (Californie, États-Unis), j'ai demandé à mes apprenants de penser à ce qu'ils seraient dans dix ans. Ensuite, je leur ai demandé d'écrire une lettre contenant leur témoignage de l'Évangile et ce qu'ils aimeraient dire d'autre à la version plus âgée d'eux-mêmes. Je leur ai dit que je leur enverrais les lettres dans dix ans.

Le temps a passé et je n'ai jamais envoyé les lettres. Un jour, vingt-cinq ans plus tard, ma fille Heidi a trouvé les lettres et m'a demandé ce que c'était. Une fois que je lui ai expliqué ce que j'avais prévu de faire, elle a cherché les adresses de mes anciens apprenants en utilisant les réseaux sociaux.

Après qu'elle a posté les lettres, nous avons reçu de belles réponses. Une de mes anciennes apprenantes a écrit :

« Je veux que votre père sache qu'il vient de trouver ces lettres pour une raison précise. Ma fille de dix-huit ans a des difficultés avec son témoignage et a le sentiment qu'être une 'parfaite sainte des derniers jours' n'est pas pour elle. Elle ne nous fait pas part de ses sentiments. C'est difficile. »

Mon ancienne apprenante, abattue par des choses que sa fille avait écrites récemment sur un blog, a ajouté :

« Je savais qu'il fallait que je lui en parle. Comme d'habitude quand nous avons des conversations de ce genre, son visage était fermé et plein de défiance et elle ne disait rien. Je lui ai tendu ma lettre et je lui ai dit que je voulais qu'elle la lise.

« Je l'ai vue relire le premier paragraphe à plusieurs reprises. J'avais écrit que je ne savais pas si j'avais un témoignage, qu'être une parfaite sainte des derniers jours était beaucoup demander et n'était peut-être pas pour moi.

« Ma fille a commencé à pleurer. Je voulais qu'elle sache que je

comprends vraiment ses difficultés. Elle ne l'aurait jamais cru sans cette lettre ! Une partie de son mur est tombée et j'ai vraiment le sentiment que le moment où cette lettre est arrivée était une tendre miséricorde. Si je l'avais reçue il y a dix ans, je l'aurais peut-être jetée ou perdue ! Remerciez votre papa de nous avoir fait écrire les lettres et de les avoir égarées toutes ces années ! Rien n'est dû au hasard. »

Notre Père céleste aimant veille sur toutes ses brebis et, selon son calendrier merveilleux, il peut accomplir de tendres miséricordes et des miracles par l'intermédiaire de chacun de nous pour ramener ceux qui se sont éloignés dans le troupeau. ■

Un visage à la fenêtre

Par Maija-Kaarina Mäkinen (Pirkanmaa, Finlande)

Je pensais que ma voisine était indiscreète, mais j'ai découvert qu'elle avait juste besoin d'une amie.

Je voyais souvent le même visage regardant depuis la fenêtre d'un appartement. Je me disais : « N'est-il pas triste que quelqu'un regarde constamment par la fenêtre, portant un jugement sur les activités de ses voisins ? »

Puis, un jour, je me suis dit que je devrais peut-être aller demander si je pouvais aider d'une manière ou d'une autre. J'ai décidé d'emporter du pain que je venais de faire cuire.

Le pain chaud a fait fondre la glace dans le cœur de ma voisine âgée. En larmes, elle m'a dit combien elle se sentait seule. Personne ne lui rendait

visite ni ne l'appelait, pas même ses enfants. D'une main tremblante, elle a essuyé les larmes sur ses joues.

Elle a soupiré et a dit : « Comme ce serait bien de quitter ce monde. Je ne juge personne quand je regarde par ma fenêtre. Je regarde juste les enfants qui jouent et ce qui se passe dans la cour. »

Au fil du temps, nous avons parlé de l'Évangile. Au début, elle était réticente car son mari avait des responsabilités ecclésiastiques dans une autre Église. Mais plus nous parlions, plus elle était impressionnée par les vérités dont je lui faisais part concernant Jésus-Christ et son Évangile rétabli.

Elle a dit : « C'est merveilleux que nous ayons le même Jésus ! Est-ce que nous nous verrons au ciel ? »

J'ai répondu : « Oui, nous y serons ensemble, la main dans la main. »

À partir de là, nous avons été de bonnes amies pendant plusieurs années, jusqu'à ce qu'elle quitte finalement ce monde.

Maintenant, j'aime à penser que mon ancienne voisine regarde par la fenêtre de son foyer céleste, suivant nos activités et espérant que nous avons suffisamment d'harmonie et d'amour les uns envers les autres. ■

S'il te plaît, épargne la vie de maman

Par Christi Gerlach (Utah, États-Unis)

J'avais peur quand ma mère a dû subir une opération à cœur ouvert, mais une instrutrice de la Primaire dévouée m'a enseigné à prier.



Quand j'avais dix ans, ma mère a fait une grave crise cardiaque. Elle a passé plusieurs semaines à l'hôpital, entre la vie et la mort.

Pendant ce temps, mon instrutrice de la Primaire, Ellen Johnson, est venue me voir chez moi une fois par semaine. Je venais juste de commencer à aller à la Primaire et j'avais une compréhension limitée de l'Évangile. Chaque semaine, sœur Johnson me rendait témoignage et me parlait de la prière. Elle m'a promis que, si je priais, notre Père céleste répondrait.

Au bout de quelques semaines, la santé de maman a encore empiré. Elle avait une valve du cœur défaillante qui devait être réparée. Son médecin a dit que, sans une opération expérimentale du cœur, elle mourrait. Mais elle n'avait qu'une chance sur deux de guérir.

Au début des années 1960, les opérations à cœur ouvert étaient nouvelles et risquées. Les

chirurgiens prévoyaient d'ouvrir maman de la poitrine à la colonne vertébrale, puis d'ouvrir sa cage thoracique pour accéder au cœur. De nombreux patients ne survivaient pas à l'opération. J'étais perturbée et j'avais peur que ma mère meure.

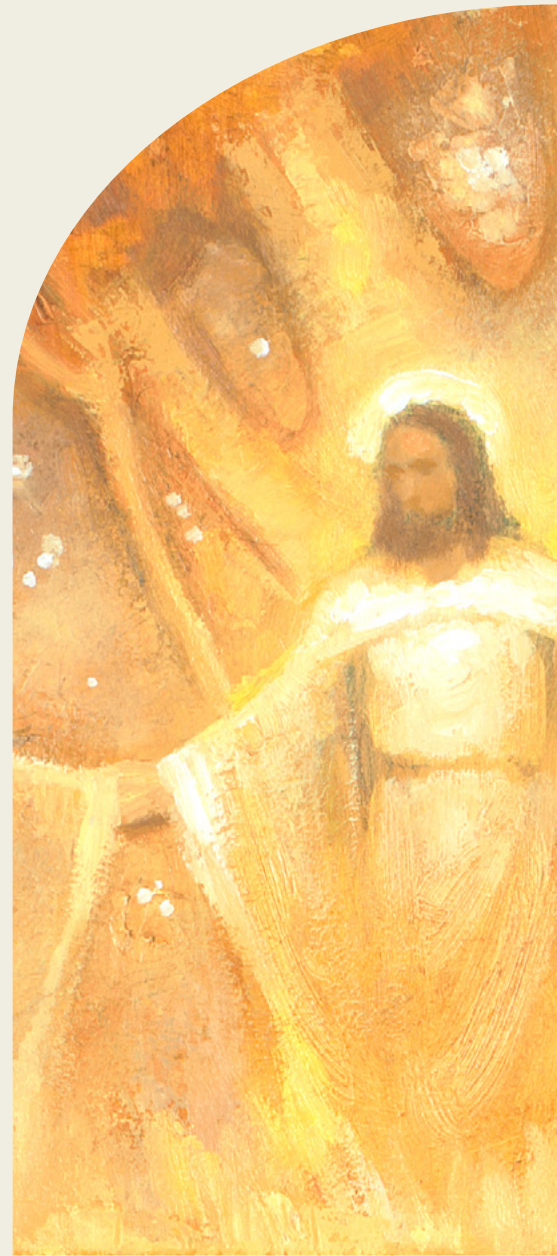
Papa était le plus souvent au travail ou à l'hôpital avec maman. Ma sœur aînée, Pam, s'occupait de mon frère et moi. La nuit, je me sentais seule et j'avais peur, mais je pensais à ce que sœur Johnson m'avait enseigné sur la prière. Je m'agenouillais souvent près de mon lit et je pleurais, suppliant notre Père céleste d'épargner la vie de maman.

Pendant une de ces prières pleines de larmes, une grande sensation de paix m'a enveloppée et j'ai cessé de pleurer. J'ai senti que tout irait bien. J'ai reçu l'assurance que ma mère vivrait jusqu'à ce que je sois adulte et que je n'avais pas à m'inquiéter. Je n'ai pas entendu de voix ni eu de vision, mais j'ai ressenti une grande quiétude. Je n'ai pas remis en question mes sentiments. Notre Père céleste avait répondu à ma prière, et je le savais.

Maman a survécu à l'opération. Elle a été faible et malade la majeure partie de sa vie, mais notre Père céleste avait répondu à mes prières et avait épargné sa vie. Elle

m'a vu grandir, me marier et avoir des enfants.

Des années plus tard, quand Russell M. Nelson a été appelé à l'apostolat, maman m'a dit qu'il était le chirurgien cardiaque qui lui avait sauvé la vie. Je lui ai écrit une lettre pour le remercier. Quand il m'a répondu, il m'a remerciée de ma lettre et a témoigné que Dieu l'avait aidé dans son travail. ■



Par Kristin M. Yee
Deuxième conseillère
dans la présidence
générale de la
Société de Secours

Votre place est ici

Nous pouvons trouver notre sentiment d'appartenance en approfondissant notre relation avec notre Père céleste et Jésus-Christ.



D'après un entretien avec l'équipe de JA hebdo.

Chaque d'entre nous est né avec un besoin inné d'appartenance. Nous aspirons naturellement à cette appartenance dans nos relations avec notre famille, nos amis, nos collègues, notre paroisse et d'autres personnes dans notre vie. Notre cœur semble avoir ces désirs célestes fondés sur un besoin profond et constant d'appartenance.

Vous et moi faisons partie, et c'est toujours le cas, d'une famille éternelle

avec notre Père céleste, bien avant notre arrivée sur terre. Les Écritures nous décrivent comme des « étrangers et voyageurs sur la terre » (Hébreux 11:13 ; Doctrine et Alliances 45:13). En quittant notre foyer céleste et en arrivant dans un monde rempli de confusion, de solitude et de chagrin, nous pouvons nous sentir comme des vagabonds, aspirant à des relations et un foyer éternels.

Si vous avez déjà ressenti une certaine nostalgie des cieux, c'est peut-être parce que notre véritable foyer et notre identité sont liés à notre Père céleste et à notre

Sauveur, Jésus-Christ. C'est pourquoi il est si important d'établir un lien profond avec eux. Lorsque nous sommes liés à eux par notre relation d'alliance, nous trouvons le véritable sentiment d'appartenance auquel notre esprit aspire.

Notre relation d'alliance avec Dieu

Nos actions et nos pensées reflètent les relations auxquelles nous accordons de l'importance. Il en va de même pour

notre relation d'alliance avec notre Père céleste et notre Sauveur.

Lorsque nous valorisons notre relation d'alliance avec Dieu, tout est transformé. Au lieu d'être influencés par le monde, nous sommes influencés par lui et nous devenons plus semblables à lui. Notre vie commence à prendre plus de sens, de stabilité spirituelle et de puissance. Soudain, « l'appartenance » dépasse le domaine mortel de ce que nous pensons que « l'appartenance » signifie.

Lorsque cette relation d'alliance avec Dieu est prioritaire, les distractions vides de sens du monde perdent leur emprise et nous trouvons une paix personnelle et un sentiment d'appartenance véritables. Dans un monde qui ne donne pas souvent les choses gratuitement, notre Père céleste étend avec amour les bénédictions de son alliance indépendamment de notre statut dans ce monde (voir 2 Néphi 9:50-51).

Le président Nelson a donné ce bel enseignement : « Une fois que nous avons fait alliance avec Dieu, nous quittons pour toujours la neutralité. Dieu n'abandonnera pas sa relation avec les personnes qui ont tissé un tel lien avec lui. En fait, toutes les personnes qui ont fait alliance avec Dieu ont accès à un amour et une miséricorde exceptionnels¹. »

Nous déterminons si nous aurons une relation étroite avec Dieu ; il est toujours constant auprès de nous, mais nous devons choisir d'être constants auprès de lui. Ce choix divin est à la fois source de pouvoir et de liberté ! Ce choix nous libère des fausses perceptions de notre identité et des chaînes limitantes des attentes du monde.

Lorsque nous trouvons cette appartenance à notre Père céleste, nous pouvons alors regarder vers l'extérieur et percevoir les autres comme il le fait. Lorsque je comprends ce qu'il ressent

pour moi, je comprends mieux ce qu'il ressent pour vous, et ma capacité et mon désir de tendre la main et de rassembler les autres deviennent plus forts.

Les alliances donnent accès à des bénédictions

Notre Père céleste et Jésus-Christ souhaitent que nous fassions des alliances avec eux afin qu'ils puissent nous bénir de la manière dont nous en avons besoin et nous changer de façon à nous permettre de revenir en leur présence.

Je vous invite à vous rendre le plus souvent possible dans la maison du Seigneur. En m'engageant à y aller souvent et intentionnellement, je me libère du monde, et mes pensées et ma nature s'élèvent.

En respectant nos alliances, nous recevons le pouvoir de la prêtrise qui libère les bénédictions de l'expiation du Sauveur dans notre vie. Ces bénédictions comprennent la guérison, des instructions, la protection, l'aide, la force, la paix, la perspective et la joie. Notre Père céleste désire nous accorder toutes ces choses par notre relation d'alliance.

Si vous n'avez pas encore reçu les bénédictions du temple, je vous invite à les étudier, ainsi que le pouvoir de la prêtrise, les alliances et ce que Dieu désire pour vous. N'attendez pas pour recevoir son secours, sa puissance et son aide aimante.

Le président Nelson a déclaré :

« Je vous exhorterais à ne pas attendre le mariage avant d'être doté dans la maison du Seigneur. Commencez maintenant à apprendre et à faire l'expérience de ce que signifie être armé du pouvoir de la prêtrise.

« À tous ceux parmi vous qui ont contracté les alliances du temple, je vous supplie de constamment chercher, dans la prière, à comprendre les alliances et



Nos actions et nos pensées reflètent les relations auxquelles nous accordons de l'importance.



les ordonnances du temple. Des portes spirituelles s'ouvriront. Vous apprendrez comment écarter le voile entre les cieux et la terre, comment demander aux anges de Dieu de vous aider, et comment mieux recevoir les directives des cieux. Vos efforts diligents en ce sens renforceront votre fondation spirituelle². »

L'appartenance par le repentir

Le repentir constant est un autre moyen magnifique et puissant de rester proche de notre Père céleste et de Jésus-Christ. Souvent, nous pensons à tort que si nous nous repentons beaucoup, c'est que nous sommes loin d'eux. Mais c'est tout le contraire !

Le repentir ne vous éloigne pas d'eux, il vous en rapproche !

Vous pouvez trouver un sentiment plus fort d'appartenance et une relation plus profonde avec eux en vous efforçant de vous tourner vers eux pour obtenir de l'aide et recevoir le pardon.

Chacun d'entre nous peut se sentir plus éloigné de la perfection qu'il ne le voudrait, mais je ne pense pas que notre Père céleste s'en préoccupe autant qu'il s'intéresse à notre désir et à nos efforts pour essayer à nouveau. Il nous aime, il sait où nous allons et il nous guidera avec amour.

Reconnaître nos faiblesses et nos erreurs exige d'être vulnérable, mais en nous repentant, nous permettons à notre Père céleste d'être proche de ce qu'il y a de vulnérable de nous. Cette proximité lui permet d'étendre son grand amour sur nous et de nous apporter la guérison, le pardon et la sécurité dont nous avons besoin. C'est dans ce lien avec Dieu que nous développons la confiance et que nous trouvons l'encouragement et la véritable appartenance.

À la recherche d'une perspective plus élevée

Notre perspective peut contribuer à notre sentiment d'appartenance à l'Église du Seigneur. Nous pouvons choisir la perspective de ce que nos propres actions ont la capacité d'aider notre paroisse, notre Société de secours ou notre collège des anciens à devenir un lieu d'appartenance où règne l'amour. Chercher à aider les autres à se sentir à leur place renforce en fait notre propre sentiment d'appartenance.

Parce que vous êtes un enfant de Dieu, vous avez votre place, quelle que soit la façon dont les autres vous perçoivent ou dont vous vous percevez vous-même. Le plan de bonheur du Père *vous* est destiné et vous avez un rôle important à y jouer. Chacun d'entre vous a la capacité d'apporter une contribution unique et d'appartenir au royaume de Dieu, quels que soient son état civil, son niveau d'études ou son parcours.

Une idée qui m'est venue à l'esprit à plusieurs reprises est que les termes « jeunes adultes seuls », « jeunes adultes » et « adultes seuls » ne correspondent pas à ce que vous êtes vraiment. Il s'agit de termes démographiques utiles pour décrire l'âge et l'état civil, mais qui ne sont pas des descripteurs adéquats de la véritable identité, du but et de la capacité éternels.

Les étiquettes ou les comparaisons peuvent limiter notre perception de nous-mêmes, de notre valeur et de notre potentiel dans le royaume de Dieu. La réalité est que vous êtes membres de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours. Vous avez fait des alliances avec Dieu. Vous avez accès au pouvoir de sa prêtrise. Vous êtes un membre de la Société de Secours ou du collège des anciens. Vous êtes, comme

l'a enseigné le président Nelson, un enfant de Dieu, un enfant de l'alliance et un disciple de Jésus-Christ. C'est ce que vous êtes avant tout, et c'est ce qui vous conduira « vers la vie éternelle dans le royaume céleste de Dieu³ ».

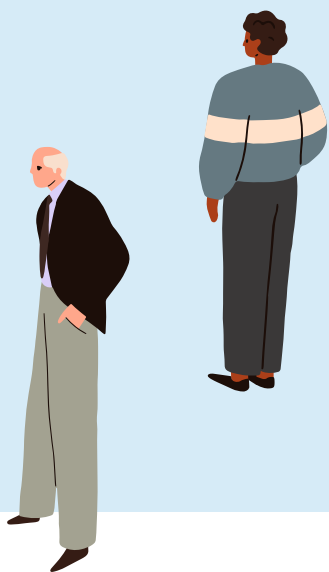
L'Évangile a été rétabli par l'intermédiaire d'un jeune adulte qui était prophète, Joseph Smith. C'est une pensée puissante à contempler. Notre Père céleste et Jésus-Christ ont confié au prophète et à ses associés, à cet âge, le soin de rétablir l'Église. Dieu vous fait également confiance pour participer à cette grande œuvre en ces derniers jours.

Si vous voulez savoir qui vous êtes et si vous êtes aimé et apprécié, demandez à votre Père céleste. Il vous dira toujours la vérité sur vous. Il vous aidera à vous voir comme il vous voit, doté de facultés et d'un amour extraordinaires. Il peut vous guider vers de grandes opportunités et une croissance que vous pouvez à peine imaginer !

Puissions-nous tous avoir les yeux pour nous voir les uns les autres et nous voir nous-mêmes, non pas à travers le prisme de l'âge ou de l'état civil, mais à travers le prisme unificateur de gardiens de l'alliance, disciples de Jésus-Christ, amis, frères et sœurs, et fils et filles de Dieu. Et c'est dans ces rôles et ces relations éternels que nous trouverons le sentiment d'appartenance le plus élevé et le plus authentique. ■

NOTES

1. Russell M. Nelson, « L'alliance éternelle », *Le Liahona*, octobre 2022, p. 5.
2. Russell M. Nelson, « Le temple et votre fondation spirituelle », *Le Liahona*, novembre 2021, p. 95-96.
3. Russell M. Nelson, « Des décisions pour l'éternité », réunion spirituelle mondiale pour les jeunes adultes, 15 mai 2022, Médiathèque de l'Évangile.



J'étais entourée de gens, mais je me sentais tout de même seule



Par Anne Aketch

Quand j'ai déménagé loin de chez moi, ma relation avec les cieux m'a aidée à surmonter la solitude.

Vous connaissez ce sentiment d'être complètement seul(e) alors que vous êtes entouré(e) de gens ?

Depuis que j'ai quitté l'Ouganda, mon pays natal, pour déménager à Dubai pour le travail, je me suis sentie seule presque constamment. Chez moi, dans mon quartier, les gens se saluaient dans la rue. Nous nous connaissions. Nous nous soutenions mutuellement. J'avais beaucoup d'amis et de membres de ma famille qui partageaient ma foi.

Mais ici, ce n'est pas pareil. Je vis dans une culture très différente, dans une grande ville et entourée de gens très occupés par leur travail. Et, bien que j'assiste aux réunions de ma paroisse et que j'aie essayé de faire la connaissance d'autres jeunes adultes et des membres de la paroisse, nos emplois du temps professionnels très chargés rendent presque impossible de nous voir davantage que les deux heures que nous passons à l'église chaque semaine.

Dubai est grande et luxueuse, et je suis reconnaissante d'être ici. Mais cela peut être très impressionnant, en particulier quand on se sent seul. Les

gens ont tellement ici et semblent avoir leur vie toute tracée. Mais, en vivant parmi toute cette richesse et ces beaux bâtiments, je me demande parfois :

Qu'est-ce que je fais de ma vie ? Est-ce que je suis au bon endroit ?

Retrouver sa place

D. Todd Christofferson, du Collège des douze apôtres, a expliqué que « le sentiment d'appartenance est essentiel à notre bien-être physique, mental et spirituel¹ ». Je ne m'étais pas rendu compte à quel point ce sentiment d'appartenance était essentiel jusqu'à ce que je ne l'aie plus, ni à l'église ni où que ce soit, en fait.

Comment allais-je le retrouver maintenant, loin de toutes les personnes que j'aimais ?

Au fil du temps, j'ai commencé à reconnaître « le rôle central de Jésus-Christ dans l'appartenance² ».

Aussi pénible que soit l'absence de mes amis et des membres de ma famille, j'ai commencé à voir que je n'avais pas été séparée de tous ceux qui comptent dans ma vie quand j'avais déménagé : j'avais encore un Sauveur et un Père céleste aimant qui voulaient toujours garder le contact avec moi.



J'ai donc commencé à faire ce que je pouvais pour améliorer ma relation avec eux chaque jour. J'ai commencé à écouter les podcasts d'étude de *Viens et suis-moi* quand j'allais courir. J'ai mis mes écouteurs au travail et j'ai écouté les Écritures tout en accomplissant mes tâches.

Chose la plus importante de toutes, j'ai appris combien le fait de pouvoir prier notre Père céleste directement est un don extraordinaire. Je lui parle plus fréquemment et de manière beaucoup plus intentionnelle que je ne l'ai jamais fait auparavant. Quand je me sens seule, je prie et je sens son réconfort. Quand je rédige un courriel et que j'essaie de rester patiente envers mes collègues de travail, je prie et je lui demande de l'aide.

J'aime beaucoup ce que Thomas S. Monson (1927-2018) a dit au sujet de la prière : « Vous qui [...] avez des difficultés grandes ou petites, sachez que la prière donne de la force spirituelle ; c'est le passeport pour la paix. La prière est le moyen par lequel nous nous adressons à notre Père céleste, qui nous aime. Parlez-lui en prière, puis écoutez la réponse. La prière accomplit des miracles³. »

En leur consacrant du temps, en particulier par la prière sincère, j'ai commencé à voir que, bien que je ne sois pas entourée des miens et que je baigne dans une culture différente, je pouvais tout de même être entourée par l'Esprit et ressentir l'amour de Dieu.

Nous pouvons toujours être en contact

Les choses restent difficiles, mais j'ai espoir en l'avenir. Et j'en suis arrivée à croire ce qu'a enseigné Milton Camargo, premier conseiller dans la présidence générale de l'École du Dimanche : « Le Seigneur Jésus-Christ vit aujourd'hui. Il peut être une présence active et quotidienne dans notre vie. Il est la solution à nos problèmes, mais nous devons lever les yeux et concentrer notre attention pour le voir⁴. »

Je me sens encore seule par moments mais je sais que je pourrai toujours, *toujours* prier mon Père céleste et avoir accès au sacrifice expiatoire de Jésus-Christ.

Debout ou à genoux, seule ou dans un groupe, je peux prier.

Je peux épancher mon cœur à notre Père céleste.

Je peux rendre grâce.

Je peux demander à être guidée et protégée.

Et, par ma relation d'alliance, je sais que moi, fille d'un Père céleste aimant, je lui appartiendrai toujours. Avec son aide, je peux avoir confiance que je suis au bon endroit, occupée à faire ce qu'il veut que je fasse. ■

NOTES

1. D. Todd Christofferson, « La doctrine de l'appartenance », *Le Liahona*, novembre 2022, p. 53.
2. D. Todd Christofferson, « La doctrine de l'appartenance », p. 53.
3. Thomas S. Monson, « Soyez au meilleur de vous-même », *Le Liahona*, mai 2009, p. 68.
4. Milton Camargo, « Les enseignements de Jésus-Christ », *Le Liahona*, mai 2023, p. 66-67.

POUR LES PARENTS



Nous parlons du Christ

Chers parents,

Néphi a enseigné à son peuple combien il est essentiel de mettre le Seigneur au premier plan de notre vie. Il a écrit : « Nous parlons du Christ, nous nous réjouissons dans le Christ, nous prêchons le Christ, nous prophétisons concernant le Christ et nous écrivons selon nos prophéties, afin que nos enfants sachent vers quelle source ils peuvent se tourner pour obtenir la rémission de leurs péchés » (2 Néphi 25:26). Vous pourriez étudier les articles suivants avec votre famille pour les orienter, eux et d'autres personnes que vous aimez, vers l'Évangile de Jésus-Christ, vers son aide et vers les principes qui nous aideront à le rechercher dans notre monde moderne agité.

DISCUSSIONS SUR L'ÉVANGILE

L'Évangile de Jésus-Christ est pour tous

Tout le monde a besoin de l'espérance et de la rédemption qu'offrent l'Évangile et l'expiation de Jésus-Christ. Discutez en famille de certains des enseignements de l'article de Jeffrey R. Holland sur la façon dont vous pouvez aimer, faire connaître et inviter quelqu'un à recevoir et accepter l'Évangile de Jésus-Christ (voir page 4).

Des principes de sagesse pour l'utilisation des médias

La technologie et les médias sont des outils utiles quand ils sont utilisés correctement. Passez en revue les principes directeurs présentés page 22 et parlez des principes d'utilisation des médias de votre famille. En vous servant des « questions à méditer », réfléchissez à ce que vous faites bien et à ce qui pourrait être amélioré.

Suivre le Sauveur avec foi

Dans son article page 40, Benjamin M. Z. Tai parle de quatre façons dont le Sauveur nous aide. Après les avoir étudiées avec votre famille, parlez de la façon dont vous avez été aidés quand vous avez suivi le Sauveur avec foi.

VIENS ET SUIS-MOI ACTIVITÉS EN FAMILLE

Trouver le Christ en toutes choses

2 Néphî 11:4

Néphî voulait que son peuple croie en Jésus-Christ et voie que la loi de Moïse le dirigeait vers le Sauveur. Il a enseigné : « Tout ce qui a été donné par Dieu à l'homme depuis le commencement du monde est une figure de lui. »

Les créations de Dieu peuvent nous diriger vers Jésus-Christ si notre attention est fermement fixée sur lui. Néphî aimait instruire son peuple au sujet de Jésus-Christ et lui enseigner comment la loi de Moïse le dirigeait vers lui.

Discussion : Comment les symboles modernes de Pâques représentent-ils le Christ ?

Exemple – Œuf : Il est le symbole d'une nouvelle vie. Il nous rappelle la nouvelle vie obtenue grâce à la résurrection. De plus, quand on l'ouvre, il peut ressembler à un tombeau vide, symbole du sépulcre vide du Christ.

Agneau :

Lys ou fleurs :

Quelles autres traditions de Pâques votre famille a-t-elle qui représentent le Christ ?

*Envoyé par Becca Aylworth
Wright*

TIRÉ DU MAGAZINE JEUNES, SOYEZ FORTS

Le numéro de ce mois-ci est un numéro spécial dont le thème est : « Jésus-Christ est la force des jeunes ».

Lisez un message de Jeffrey R. Holland sur la façon dont chaque jeune peut trouver de la force en Jésus-Christ.

Trouvez des articles sur la façon dont le Sauveur nous fortifie contre le stress, la tristesse, le péché, la honte, la faiblesse, la mondanité et l'anxiété, ainsi que des articles sur la façon dont il nous fortifie pour servir, préparer et devenir.

Admirez des affiches inspirantes et des œuvres d'art représentant le Sauveur.



TIRÉ DU MAGAZINE L'AMI

Joyeuses Pâques !

Trouvez des histoires et des activités pour aider votre famille à avoir une célébration de Pâques de qualité centrée sur le Sauveur.

Prêts pour la conférence générale

Êtes-vous impatients de regarder la conférence générale le mois prochain ? L'Ami de ce mois-ci contient une activité pour vos enfants à faire pendant qu'ils écoutent.

Rester en sécurité sur l'Internet

Lisez une histoire parlant d'une fille qui a senti le Saint-Esprit l'inciter à cesser de regarder de mauvaises vidéos. Vous trouverez plus de ressources sur l'utilisation sûre des médias sur Friend. ChurchOfJesusChrist.org.

Apprendre du Livre de Mormon

Trouvez des activités hebdomadaires, des histoires illustrées tirées des Écritures et davantage pour rendre votre étude des Écritures en famille amusante.





L'ÉGLISE EST AUSSI PRÉSENTE ICI

Jakarta (Indonésie)



En 1970, les six premiers missionnaires à entrer en Indonésie ont baptisé les premiers membres, organisé la première assemblée de membres et entamé le processus de reconnaissance officielle de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours. Plusieurs autres assemblées ont été formées et un siège de mission a été établi à Jakarta en 1975. En Indonésie, l'Église compte aujourd'hui :



7 560 membres (environ)



2 pieux, 24 paroisses et branches, 1 mission



1 temple est annoncé (à Jakarta)

Se préparer pour le temple

Les Wintolo, de Tangerang (Indonésie), ont été scellés en famille en 2010 dans le temple de Manille (Philippines). Sœur Wintolo raconte : « Comme nous nous sommes réjouis quand notre prophète bien-aimé a annoncé qu'il y aurait un temple en Indonésie ! Nous allons continuer à prier et à nous préparer pour ce jour où nous aurons la maison du Seigneur dans notre pays. »



Scannez le code pour en savoir plus



CONDUITS EN TOUTE SÉCURITÉ

LÀ OÙ NOUS DEVONS ÊTRE

*Le Sauveur nous aidera
constamment dans notre voyage
par des moyens remarquables.*

À l'âge de 12 ans, ma famille a quitté la région subtropicale de Hong Kong pour s'installer dans une région aux hivers froids et peu familiers. Peu après, j'ai été invité à participer à ma première randonnée hivernale avec les jeunes gens de ma paroisse.

Le jour de notre randonnée, je me suis habillé aussi chaudement que possible. Alors que nous gravissions le sentier sinueux de la montagne, j'étais ravi de



2 Néphi 25-32



Par
**Benjamin
M. Z. Tai**
des soixante-dix

voir la neige tomber sur le sol. J'étais cependant mal habillé pour le terrain et le temps, et j'ai eu du mal à suivre mon groupe. Je leur ai dit d'aller de l'avant et que je rejoindrais ceux qui, selon moi, nous suivaient.

En continuant à mon rythme, mes chaussures et mes vêtements ont été trempés et mes mains, mes pieds et mon visage se sont engourdis. Il s'est alors mis à neiger si intensément que je ne pouvais plus voir la piste. Après avoir erré pendant un certain temps, j'ai réalisé que j'étais perdu, seul, et que j'ignorais si quelqu'un savait que j'avais disparu.

Parfois, au cours de notre vie, nous nous sentons pris au dépourvu, perdus ou laissés pour compte. Nous pouvons perdre notre sens de l'orientation et la vision du chemin qui s'offre à nous. Il peut sembler que plus nous essayons d'avancer, plus nous nous éloignons de notre destination. La déception peut s'installer et la tentation d'abandonner devient attrayante.

Providentiellement, le Sauveur Jésus-Christ a le pouvoir de diriger nos pas, de nous relever lorsque nous trébuchons (voir Psaumes 37:23-24) et de nous apporter le repos (voir Matthieu 11:28), la guérison (voir Ésaïe 53:5 ; Alma 15:8 ; Doctrine et Alliances 42:48), la confiance (voir Doctrine et Alliances 121:45) et la paix (voir Mosiah 4:3 ; Alma 38:8 ; Doctrine et Alliances 19:23). « Approchez-vous de moi et je m'approcherai de vous ; cherchez-moi avec diligence et vous me trouverez » (Doctrine et Alliances 88:63). Le chemin immédiat n'est peut-être pas toujours clair, mais nous pouvons suivre le Sauveur avec la foi que notre voyage se terminera d'une manière magnifique et triomphale parce qu'il nous conduira en toute sécurité à l'endroit où nous devons être.

Nous pouvons toujours regarder vers Jésus-Christ car il *est* « le chemin, la vérité et la vie » (Jean 14:6).

Le bon chemin pour notre voyage

Dans notre étude du Livre de Mormon cette année, nous avons suivi Léhi et sa famille dans leur voyage vers la terre promise.



Réfléchissez à ce que la famille de Léhi a enduré au cours de son voyage :

- être ridiculisée pour croire en des prophètes et les suivre
- avoir échangé le confort familial contre une nature sauvage inconnue
- voyager sans que la distance, la destination ou la durée ne soient clairement définies
- la faim, le chagrin, la maladie et la mort
- des tâches difficiles, parfois sans en comprendre les raisons ou la manière de les accomplir
- des revers, des retards, des dissensions et des déceptions
- des circonstances difficiles pour élever de jeunes familles

En cours de route, nous avons également observé comment le Seigneur les a constamment aidés. Il leur a fourni :

- la direction prophétique et la révélation personnelle ;
- les Écritures qui contiennent les bénédictions et les alliances promises ;
- des registres généalogiques et l'histoire familiale ;
- de nouveaux outils et de nouvelles méthodes pour répondre à leurs besoins ;
- une capacité accrue à supporter les épreuves ;
- la sagesse et l'instruction pour accomplir des tâches peu familières ;
- le Liahona (un outil pour les aider dans leur parcours) ;
- la sécurité et la protection de leurs familles.

Tout comme pour la famille de Léhi, notre voyage ne sera pas exempt de défis et de sacrifices. De même, le Sauveur nous aidera constamment par des moyens remarquables. Néphi a enseigné : « La voie droite, c'est de croire au Christ [...] de tout votre pouvoir, de tout votre esprit, et de toute votre force, et de toute votre âme » (2 Néphi 25:29). Si nous choisissons la foi en Jésus-Christ, recevons humblement sa parole et avons le courage d'agir, nous trouverons la joie et les bénédictions au milieu des épreuves que nous rencontrerons. En chemin, nous pouvons avoir confiance que nous pouvons accomplir ce qu'il veut que nous fassions (voir 1 Néphi 3:7).

Voici quelques-unes des nombreuses façons dont le Sauveur nous aide continuellement.

Il nous donne sa doctrine

Jésus-Christ connaît « la fin depuis le commencement » (Abraham 2:8). Aussi, « ses pas ont marqué le chemin¹ ». Sa doctrine, connue dans les Écritures sous le nom de doctrine du

Christ, est le chemin que nous devons tous suivre pour être secourus et sauvés.

Nous devons continuellement exercer notre foi en Jésus-Christ, nous repentir régulièrement, être baptisés, recevoir le don du Saint-Esprit, contracter des alliances et faire de notre mieux pour persévérer. En retour, le pardon, l'espoir et la vie éternelle nous sont promis. (Voir 2 Néphi 31:2-20.)

Dans un monde où les chemins divergent et s'opposent, la doctrine du Christ fournit une orientation claire et à notre portée que nous pouvons suivre pour rester sur la bonne voie (voir 2 Néphi 31:21).

Il nous apporte du réconfort

Grâce à son sacrifice expiatoire, le Sauveur sait ce que l'on ressent lorsqu'on est vraiment seul et abandonné. Il sait aussi parfaitement comment nous apporter du réconfort. Il a dit : « Que votre cœur ne se trouble point » (Jean 14:1) et « Je ne vous laisserai pas orphelins, je viendrai à vous. » (Jean 14:18).

Le Sauveur a promis le don du Consolateur, qui est le Saint-Esprit, à ceux qui croient en lui. Il a dit : « Le consolateur [...] vous enseignera toutes choses, et vous rappellera tout ce que je vous ai dit » (Jean 14:26).

Il nous apporte la parole de Dieu.

Grâce au rétablissement de l'Évangile de Jésus-Christ à notre époque, le Seigneur nous a donné les Écritures anciennes et récentes, qui contiennent la parole de Dieu. Néphi a enseigné que « quiconque prêtait l'oreille à la parole de Dieu et s'y tenait fermement ne périrait jamais » (1 Néphi 15:24).

Se nourrir quotidiennement de la parole de Dieu apporte la protection et nous conduit à faire l'expérience de l'amour de Dieu de manière plus abondante. Sa parole éclaire notre chemin (voir Psaumes 119:105) et « [nous] montrera tout ce que [nous] dev[ons] faire » (2 Néph 32:3).

Il nous guide par l'intermédiaire de ses serviteurs, les prophètes et les apôtres

Jésus-Christ a appelé des prophètes et des apôtres pour nous aider. Leurs conseils et leurs enseignements sont pour nous et pour notre temps. Si vous vous sentez perdu ou désorienté au cours de votre voyage, il vous sera peut-être utile de réfléchir aux trois questions suivantes :

1. Comment le Seigneur m'a-t-il préparé, par les paroles des prophètes et des apôtres, aux épreuves que j'ai vécues ?
2. Qu'est-ce que les prophètes et les apôtres m'invitent à faire aujourd'hui pour me préparer aux défis qui nous attendent ?
3. Qu'est-ce que je fais *maintenant* pour répondre aux invitations prophétiques ?

En réfléchissant à ces questions, nous pouvons prendre conscience de l'importance des conseils des prophètes et des apôtres. Nous pouvons mieux entendre la voix du Seigneur et remarquer comment il nous aide constamment. Si nous le voulons, nous pouvons écouter les prophètes et les apôtres et trouver conseils, prospérité et protection sur le chemin qui nous ramène à notre Père céleste et à son Fils, Jésus-Christ.

La foi pour avancer

Perdu, frigorifié et seul sur cette montagne enneigée il y a de nombreuses années, j'étais désespéré. Ne sachant quoi faire d'autre, je me suis agenouillé dans la neige fraîchement tombée et j'ai prié mon Père céleste de m'aider. Je lui ai fait part de ma situation difficile et de mes craintes, et je l'ai supplié d'être trouvé et secouru.

Lorsque je me suis relevé de ma prière, la neige tombait tout autour de moi et un beau silence calme a envahi les arbres. Cette sérénité a été interrompue lorsque j'ai entendu des bruissements dans les

buissons à proximité. Deux garçons plus âgés en sont sortis. Ils avaient déjà atteint le sommet et, au lieu de suivre le sentier, ils ont décidé de glisser vers le bas de la montagne. Comme par hasard, ils ont glissé jusqu'à l'endroit exact où je me trouvais !

Quand ils m'ont demandé ce que je faisais là, je leur ai dit que je m'étais égaré. Ils m'ont invité à les rejoindre et ensemble nous avons glissé en toute sécurité jusqu'au départ du sentier au pied de la montagne. Finalement, nous avons retrouvé le reste de notre groupe.

Alors que nous avançons sur notre chemin personnel avec foi, dévotion et persévérance, puissions-nous reconnaître comment le Sauveur marche avec nous et nous aide activement. Jésus-Christ est le chemin, la vérité et la vie. Que notre foi en lui apporte la paix à notre esprit et la joie sur notre chemin. ■

NOTE

1. Voir « Oh, quel amour », *Cantiques*, n° 113.

Frère Tai dans la Sierra Nevada en Californie vers 1988. L'histoire qu'il raconte s'est déroulée sur le mont Baden Powell, dans les montagnes de San Gabriel, en Californie, en 1984.





Que se passait-il à l'époque d'Ésaïe ?

Néphï a été inspiré à citer beaucoup de paroles du prophète Ésaïe. En comprenant le contexte géographique et politique derrière les prophéties d'Ésaïe, vous pourrez interpréter les symboles qu'il a utilisés pour prophétiser sur son époque et la nôtre.

Cette carte montre les royaumes à l'époque d'Ésaïe. Vous pouvez l'utiliser pour suivre tandis que Néphï cite Ésaïe. Ésaïe peut mentionner un lieu de différentes manières : par son nom, sa capitale, sa tribu d'Israël principale, son dirigeant politique ou d'autres symboles. Pour plus d'informations, consultez les notes de bas de page dans les Écritures.



①

Syrie

- Capitale : Damas
- A aidé Israël à attaquer Juda qui ne s'était pas joint à une alliance contre l'Assyrie
- Dirigeant : Retsin (voir 2 Néphï 17:1, 4, 8)

②

Israël

- Royaume du Nord
- Capitale : Samarie
- Tribu principale : Éphraïm (voir 2 Néphï 17:8-9) ou les « tribus perdues »
- Dirigeant : Pékach, fils de Remalia (voir 2 Néphï 17:1, 4, 9)

③

Juda

- Royaume du Sud
- Capitale : Jérusalem
- Tribu principale : Juda (voir 2 Néphï 13:1, 8 ; 15:3, 7)
- Dirigeant : Achaz, la « maison de David » (voir 2 Néphï 17:1-3)

④

Assyrie

- Pouvoir militaire à l'époque d'Ésaïe
- A conquis la Syrie, Israël et finalement tout Juda à l'exception de Jérusalem
- A dispersé les dix tribus
- A finalement été conquise par Babylone
- Symbole de l'orgueil et de la destruction des méchants à la Seconde Venue (voir 2 Néphï 20)

⑤

Babylone

- A conquis l'Assyrie et Juda
- A conduit les Juifs de Jérusalem en exil
- Symbole du monde et de sa méchanceté



2 Néphï 20-25

Bien que les paroles d'Ésaïe puissent être difficiles à comprendre, une chose qui est claire, c'est que « Babylone [...] sera comme Sodome et Gomorrhe, que Dieu détruisit » (2 Néphï 23:19) et « les méchants périront » (2 Néphï 23:22). Pour quelles raisons voudrait-on choisir la voie de la méchanceté ?

Vivre à Babylone, ou vivre dans la méchanceté, peut paraître attrayant. Babylone peut promettre des plaisirs profanes, mais l'Évangile de Jésus-Christ promet une joie véritable et une paix durable.

DISCUSSION

Comment pouvez-vous discerner si une action est une invitation du monde ou de Jésus-Christ ?

Que nous promet Jésus-Christ que le monde ne peut promettre ?

Dans ce tableau, notez les différences entre la façon dont le monde suggère que nous devrions vivre et la façon dont Jésus-Christ nous enseigne à vivre. Quelles promesses le monde nous fait-il si nous suivons ses enseignements par comparaison avec les promesses que nous fait le Sauveur si nous suivons ses enseignements ?



Le monde enseigne

Soyez arrogant et orgueilleux (voir 2 Néphï 23:11)

Soyez tape-à l'œil (2 Néphï 24:11)

Soyez colérique (2 Néphï 24:6)

Cherchez votre propre gloire (2 Néphï 24:13-14)

La promesse du monde



Jésus-Christ enseigne

Soyez humble (3 Néphï 12:3)

Soyez doux (3 Néphï 12:5)

Soyez un artisan de paix (3 Néphï 12:9, 22-24)

Cherchez la gloire du Seigneur (3 Néphï 12:16 ; 13:13, 33)

La promesse de Jésus-Christ

DÉTAIL DU TABLEAU LE SONGE DE LÉHI, DE GREG K. OLSEN ; ILLUSTRATION REPRÉSENTANT JÉSUS EN TRAIN D'ENSEIGNER, PAR JUSTIN KUNZ

Nous ne périrons pas avec les méchants si nous suivons Jésus-Christ. Nous pouvons être certains, au contraire, que Jésus-Christ « [sera] miséricordieux envers [son] peuple » (2 Néphï 23:22).



Comment le fait d'être un artisan de paix peut-il m'aider à rassembler Israël ?

Néphï a vu que, dans les derniers jours, les gens se querelleraient (voir 2 Néphï 28:3-4, 20), mais la querelle n'est pas la manière du Seigneur. En fait, pour rassembler Israël, nous devons avoir une manière « plus élevée et plus sainte¹ » d'interagir avec les gens.

Le président Nelson a enseigné : « Si vous tenez sérieusement à participer au rassemblement d'Israël et à édifier des relations qui dureront toute l'éternité, c'est *maintenant* qu'il faut renoncer à l'amertume. C'est *maintenant* qu'il faut apprendre à faire des compromis. C'est *maintenant* qu'il faut cesser de faire ce qui oblige votre entourage à marcher sur des œufs par crainte de vous contrarier. C'est *maintenant* qu'il faut enterrer vos armes de guerre. Si votre arsenal verbal est rempli d'insultes et d'accusations, c'est *maintenant* qu'il faut les remiser. Vous deviendrez une femme ou un homme du Christ spirituellement fort². »

Notre Père céleste et Jésus-Christ aiment tous les enfants de Dieu, quelque différents qu'ils soient. Satan s'efforce de se servir de nos différences pour nous diviser, mais en choisissant la paix et non les querelles, nous créons une atmosphère chaleureuse qui attire les gens vers l'Évangile rétabli du Seigneur.

Réfléchissez aux situations suivantes et méditez sur la façon dont vous pouvez réagir avec amour :



Si vous avez une opinion politique passionnée, comment pouvez-vous faire preuve de plus de compréhension dans vos conversations avec les personnes qui ont une opinion opposée ?

Si les membres de votre famille ne s'entendent pas, comment pouvez-vous contribuer à une atmosphère paisible d'amour et d'acceptation ?



Si vous êtes contrarié par quelque chose que vous lisez sur les réseaux sociaux, que pouvez-vous faire pour éviter de vous lancer dans une dispute ?

NOTES

1. D. Todd Christofferson, « Un en Christ », *Le Liahona*, mai 2023, p. 78.
2. Russell M. Nelson, « Nous avons besoin d'artisans de paix », *Le Liahona*, mai 2023, p. 101.



2 Néphi 31-33

Quelles vérités 1 Néphi et 2 Néphi nous enseignent-ils à propos de Jésus-Christ ?

Vers la fin de ses écrits, Néphi dit : « Si vous croyez au Christ, vous croirez en ces paroles, car elles sont les paroles du Christ » (2 Néphi 33:10). On trouve de nombreuses vérités sur la personnalité, la vie et l'expiation du Sauveur dans ce que nous avons étudié jusqu'ici dans le Livre de Mormon cette année.

DISCUSSION

Qu'avez-vous appris sur Jésus-Christ en lisant le Livre de Mormon ?

« Le Livre de Mormon offre la compréhension la plus complète et la plus fiable de l'expiation de Jésus-Christ que l'on puisse trouver. [...] La pleine puissance de l'Évangile de Jésus-Christ est contenue dans le Livre de Mormon. »

Russell M. Nelson, « Le Livre de Mormon : Que serait votre vie sans lui ? », *Le Liahona*, novembre 2017, p. 62.

La personnalité du Christ

- Il est plein de patience, de bonté et de longanimité (voir 1 Néphi 19:9).
- Il ne nous oubliera jamais (voir 1 Néphi 21:14-16).
- Il invite tout le monde à venir à lui (voir 2 Néphi 26:24, 33).



Le ministère du Christ

- Il a enseigné son Évangile et a guéri les malades (voir 1 Néphi 11:24, 27-31).
- Il a donné l'exemple de l'obéissance en se faisant baptiser (voir 1 Néphi 10:9 ; 2 Néphi 31:7-12).
- Il a été crucifié, mis dans un sépulcre ; il a visité les Néphites après sa résurrection (voir 1 Néphi 19:10-11 ; 2 Néphi 26:1).



L'expiation du Christ

- Il nous a rachetés par son sacrifice (voir 2 Néphi 2:6-7).
- Il a accompli une « expiation infinie » qui remporte la victoire sur la mort physique et spirituelle (2 Néphi 9:5-22).
- Il peut nous donner du pouvoir quand nous avons foi en lui et choisissons de nous repentir (voir 2 Néphi 31:13).





Pâques

Le Livre de Mormon apporte un témoignage puissant de la réalité de la résurrection du Seigneur Jésus-Christ. « Nous, saints des derniers jours, sommes dotés d'un des dons de Pâques les plus remarquables. [...] Je parle bien sûr du Livre de Mormon¹. »

Le président Nelson a dit : « Pâques est la raison principale pour laquelle nous fêtons Noël². » De même qu'à Noël certaines familles lisent ou mettent en scène l'histoire de Noël qui se trouve dans Luc 2, à Pâques cette année votre famille pourrait faire l'activité ci-jointe pour commémorer la résurrection du Sauveur en se servant de 3 Néphi 11:1-17. Les chants indiqués se rapportent aux versets choisis, mais vous pouvez aussi choisir vos cantiques préférés qui parlent de Jésus-Christ.

NOTES

1. Gary E. Stevenson, « La plus grande histoire de Pâques jamais contée », *Le Liahona*, mai 2023, p. 8.
2. Russell M. Nelson, « La réponse, c'est toujours Jésus-Christ », *Le Liahona*, mai 2023, p. 127.

Comment inclure le Livre de Mormon dans mes traditions de Pâques ?

Activité

Avec les membres de votre famille ou par vous-même, lisez et chantez sur le thème du ministère de Jésus-Christ auprès des Néphites après sa résurrection.

Lire

3 Néphi 11:1-7

3 Néphi 11:8-15

3 Néphi 11:16-17

Écouter ou chanter

« Voici mon Fils bien-aimé », deuxième couplet, *L'Ami*, décembre 1997, p. 4.

« Jésus est-il ressuscité ? », *Chants pour les enfants*, p. 45.

« Hosanna de Pâques », *L'Ami*, avril 2003, p. 8-9.

« Je vous invite à poser un regard neuf sur le Livre de Mormon et à réfléchir à la profondeur du témoignage qu'il rend de la réalité du Christ ressuscité ainsi que de la richesse et de la profondeur de la doctrine du Christ. »

Gary E. Stevenson, du Collège des douze apôtres, « La plus grande histoire de Pâques jamais contée », *Le Liahona*, mai 2023, p. 8.



Les abonnements aux magazines de l'Église sont désormais disponibles gratuitement

Les magazines de l'Église sont désormais disponibles gratuitement pour les membres du monde entier. Réservez votre abonnement annuel à :

- *Le Liahona* (pour les adultes).
- *Jeunes, soyez forts* (pour les jeunes de 12 à 18 ans).
- *L'Ami* (pour les enfants).

Dans un communiqué concernant cette nouvelle disposition, Dieter F. Uchtdorf, du Collège des douze apôtres, a expliqué : « L'Église veut donner un plus grand accès aux paroles des prophètes et nous sommes heureux de mettre gratuitement à disposition les exemplaires imprimés des magazines de l'Église » (1^{er} août 2023, newsroom.ChurchofJesusChrist.org).

Comment s'abonner aux magazines imprimés

- Consultez MagazineSubscriptions.ChurchofJesusChrist.org.
 - Ouvrez une session en utilisant votre compte de l'Église. (Si vous avez besoin d'un compte de l'Église, créez-en un gratuitement sur account.ChurchofJesusChrist.org.)
 - Cliquez sur le bouton « S'abonner » en regard du magazine ou des magazines de votre choix.
 - Indiquez votre adresse postale et la langue souhaitée.
- Le premier numéro arrivera dans deux mois environ.

Comment s'inscrire pour recevoir un courriel mensuel de notification

Si vous préférez lire la version numérique des magazines de l'Église, vous pouvez vous inscrire pour recevoir un courriel de notification quand un nouveau numéro est disponible sur le site Internet de l'Église et dans l'application Médiathèque de l'Évangile.

- Consultez MagazineSubscriptions.ChurchofJesusChrist.org.
- Ouvrez une session avec votre compte de l'Église.
- Sélectionnez les magazines numériques sous « Courriel pour les magazines en ligne ».

« Les magazines de l'Église constituent une documentation précieuse pour l'apprentissage de l'Évangile de Jésus-Christ et le sentiment d'appartenance à son Église. Notre désir est que chaque membre [où qu'il soit] s'y abonne et ouvre son cœur et son foyer à cette influence qui renforcera la foi. »

**Lettre de la Première Présidence,
14 août 2020**

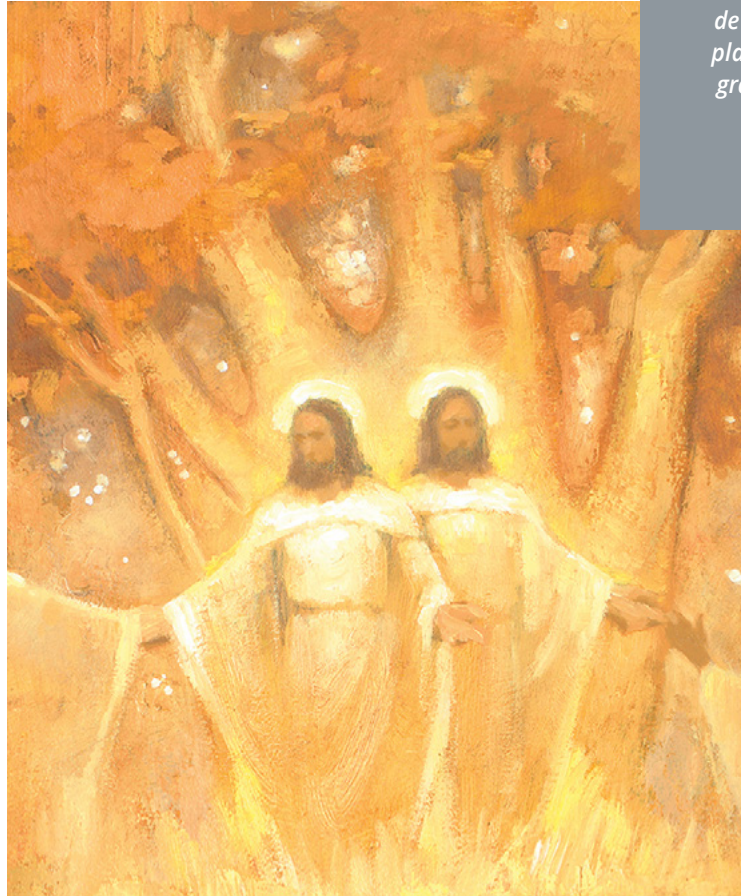
Scannez le code pour trouver des réponses aux questions fréquemment posées sur les abonnements gratuits.



JEUNES ADULTES

*Vous avez l'impression
de ne pas être à votre
place ? Créez des liens
grâce à vos alliances.*

30



BIEN UTILISER LA
TECHNOLOGIE ET LES
CONTENUS AUXQUELS
ELLE DONNE ACCÈS

**CE QUI FONCTIONNE
ET CE QUI NE
FONCTIONNE PAS**

16, 18, 22

NOTRE PARCOURS
DANS LA VIE

**QUATRE FAÇONS
DONT LE SAUVEUR
NOUS GUIDE**

40

ACTIVITÉ DE PÂQUES

**UTILISER LE LIVRE
DE MORMON**

48

LE SAVIEZ-VOUS ?

Découvrez de bonnes nouvelles au sujet des magazines
de l'Église en troisième de couverture.

