

OCTOBRE 2024

# Le Liahona

Un guide pour nous mener à Jésus-Christ



**SERVICE PASTORAL :  
SERVIR À LA MANIÈRE  
DU SAUVEUR**

**MESSAGE DU  
PRÉSIDENT NELSON**

Sept principes d'unité, p. 2

**SUIVRE LE MAÎTRE  
SERVITEUR**

Il vous fortifiera, p. 8

Lorsque les  
pressions de la vie  
s'amoncellent sur vous,  
**pensez de  
manière  
céleste !**

*Russell M. Nelson, président de l'Église*

---

*Tiré de la conférence générale d'octobre 2023*



## SOMMAIRE

« Lorsque nous quittons notre foyer et sortons de notre zone de confort pour servir les personnes qui nous entourent comme il le ferait, le Sauveur nous guide dans nos efforts. »

— Juan Pablo Villar, page 8

**2 Un modèle d'unité en Jésus-Christ**

*Par Russell M. Nelson*

**8 Nous suivons le Maître serviteur**

*Par Juan Pablo Villar*

**14 « Pouvons-nous réparer notre relation ? » Lutter contre les sévices verbaux et émotionnels**

*Par Gail Newbold*

**20 Viens et suis-moi : « À cause de ta foi, tu as vu »**

*Don L. Searle*

**25 Portraits de foi : Des paroles qui touchent le cœur**

*Par Tahira Carroll*

**26 Les saints des derniers jours nous parlent**

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

**30 Jeunes adultes : Comment mes alliances me permettent de rester liée à ce qui compte le plus**

*Par Eva Thomas*

**34 Jeunes adultes : Ne seriez-vous pas en train de passer à côté du miracle de l'Évangile ?**

*Par Enkhchimeg (Enku) Zorigt*

**36 Nous sommes disciples de Jésus-Christ**

**38 L'Église est aussi présente ici : Preston (Royaume-Uni)**

**40 Viens et suis-moi : Comment pouvons-nous servir à la manière du Sauveur ?**

**42 Viens et suis-moi : Nous sommes les enfants de l'alliance**

**44 Je voulais retourner auprès de Dieu, mais le pouvais-je ?**

*Anonyme*



**COUVERTURE**

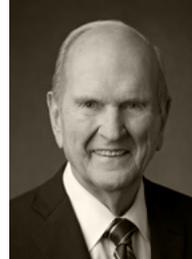
Photo  
Christina Smith

# UN MODÈLE D'UNITÉ EN JÉSUS-CHRIST



*Lorsque nous nous unissons en Jésus-Christ comme le peuple décrit dans 4 Néphî, notre désir d'être un l'emporte sur nos différences et nous mène au bonheur.*





**Par  
Russell M.  
Nelson**

Président  
de l'Église de  
Jésus-Christ  
des Saints des  
Derniers Jours

**N**ous vivons à une époque où une vague déferlante de discorde et de controverses se répand à travers le monde. Avec l'aide de la technologie et le soutien de gens dont le cœur s'est refroidi, ces forces qui créent la division menacent de nous remplir le cœur de mépris et de corrompre notre communication par des querelles. Les liens communautaires se rompent. Les guerres font rage.

Dans ce contexte, les vrais disciples de Jésus-Christ aspirent à la paix et cherchent activement à édifier une société différente, fondée sur les enseignements de Jésus-Christ. Dans ce but, le Seigneur nous a donné ce commandement : « Soyez un ; et si vous n'êtes pas un, vous n'êtes pas de moi » (Doctrine et Alliances 38:27). En effet, l'unité est une caractéristique de la véritable Église de Jésus-Christ.

Comment lutter contre les forces de la division et des querelles ? Comment parvenir à l'unité ?

Heureusement, 4 Néphi dans le Livre de Mormon nous donne un exemple. Ce chapitre décrit brièvement la façon dont le peuple a vécu après que le Sauveur lui a rendu visite, l'a instruit et a établi son Église en son sein. Ce récit montre comment ces personnes sont parvenues à une unité heureuse et paisible, et il nous donne un modèle que nous pouvons suivre pour atteindre cette même unité nous-mêmes.

## LA CONVERSION

Dans 4 Néphi 1:1, nous lisons : « Les disciples de Jésus avaient formé une Église du Christ dans les pays alentour. Et [les gens] qui venaient à eux [...] se repentaient vraiment de leurs péchés. »

Nous nous unissons autour du Seigneur et Sauveur Jésus-Christ. Quand nous apprenons personnellement à connaître Jésus-Christ, son Évangile et son Église, le Saint-Esprit témoigne de la vérité dans notre cœur. Chacun de nous peut alors accepter l'invitation du Sauveur à avoir foi en lui et à le suivre en se repentant.

C'est ainsi que commence le parcours de conversion d'une personne, loin de ses désirs égoïstes et pécheurs, et tournée vers le Sauveur. Jésus est le fondement de notre foi. Lorsque nous nous tournons tous vers lui dans chacune de nos pensées (voir Doctrine et Alliances 6:36), il devient une force unificatrice dans notre vie.

## LES ALLIANCES

Le récit de 4 Néphi se poursuit en déclarant que ceux qui étaient venus à l'Église et se repentaient de leurs péchés « étaient baptisés au nom de Jésus ; et ils recevaient aussi le Saint-Esprit » (4 Néphi 1:1). Ils avaient contracté une alliance avec Dieu, une relation spéciale qui les liait à lui.

Lorsque nous contractons des alliances et les respectons, nous prenons le nom du Seigneur sur nous individuellement. Nous prenons aussi son nom sur nous en tant que peuple. Toutes les personnes qui contractent des alliances et s'efforcent de les respecter deviennent le peuple du Seigneur, son trésor spécial (voir Exode 19:5). Ainsi, dans l'Église, nous parcourons le chemin des alliances individuellement et collectivement. Notre relation d'alliance avec Dieu nous donne une cause

commune et une identité commune. Lorsque nous nous lions au Seigneur et recevons son aide, nos cœurs deviennent « enlacés dans l'unité et l'amour les uns envers les autres » (Mosiah 18:21)<sup>1</sup>.

## L'ÉQUITÉ, L'ÉGALITÉ ET L'AIDE AUX PAUVRES

Le récit de 4 Néphi continue :

« Il n'y avait pas de querelles ni de controverses parmi eux, et tous les hommes pratiquaient la justice les uns envers les autres.

« Et ils avaient tout en commun, c'est pourquoi il n'y avait ni riches ni pauvres, ni esclaves ni hommes libres, mais ils étaient tous affranchis et participants du don céleste » (4 Néphi 1:2-3).

Dans nos relations temporelles, le Seigneur veut que nous soyons justes et équitables les uns envers les autres et que nous ne nous escroquions pas les uns les autres ou ne profitions pas les uns des autres (voir 1 Thessaloniens 4:6). En nous rapprochant du Seigneur, « [nous ne serons pas] enclins à [nous] nuire les uns aux autres, mais à vivre en paix et à rendre à chaque homme selon son dû » (Mosiah 4:13).

Le Seigneur nous a aussi commandé de nous occuper des pauvres et des nécessiteux. Nous devons « donner de [nos] biens » pour les aider, selon notre capacité de le faire, sans les juger (voir Mosiah 4:21-27).

Chacun de nous doit « estimer son frère comme lui-même » (Doctrine et Alliances 38:24). Si nous voulons être le peuple du Seigneur et être unis, non seulement nous devons nous traiter les uns les autres d'égal à égal, mais nous devons aussi véritablement nous considérer les uns les autres sur un pied d'égalité et ressentir dans notre cœur que nous sommes égaux, égaux devant Dieu, égaux en valeur et égaux quant à notre potentiel.

## L'OBÉISSANCE

La leçon suivante tirée de 4 Néphi se trouve dans cette simple expression : « Ils marchaient selon les commandements qu'ils avaient reçus de leur Seigneur et de leur Dieu » (4 Néphi 1:12).

Le Seigneur avait enseigné sa doctrine à ces personnes. Il leur avait donné des commandements et avait appelé des serviteurs pour les servir. L'un de ses objectifs était de s'assurer qu'il n'y aurait pas de controverses parmi eux (voir 3 Néphi 11:28-29 ; 18:34).

Notre obéissance aux enseignements du Seigneur et de ses serviteurs est essentielle pour que nous soyons unis. Cela comprend notre engagement à obéir au commandement de nous repentir chaque fois que nous ne sommes pas à la hauteur et de nous aider mutuellement dans nos efforts pour mieux faire et être meilleurs chaque jour.

## LE RASSEMBLEMENT

Ensuite, nous apprenons dans 4 Néphi que le peuple « jeûnait et priait, et se réunissait souvent, à la fois pour prier et pour entendre la parole du Seigneur » (4 Néphi 1:12).

Nous devons nous réunir. Nos réunions de culte hebdomadaires sont pour nous une occasion importante de trouver de la force, individuellement et collectivement. Nous prenons la Sainte-Cène, apprenons, prions, chantons ensemble et nous soutenons mutuellement. D'autres rassemblements favorisent également un sentiment d'appartenance, d'amitié et d'objectif commun.

## L'AMOUR

Le récit de 4 Néphi nous donne ensuite ce qui est peut-être la grande clé de tout cela, la chose sans laquelle la véritable unité n'est pas possible : « Il n'y eut pas de querelles dans le pays, à cause de l'amour de Dieu qui demeurait dans le cœur du peuple » (4 Néphi 1:15).

Nous atteignons la paix intérieure quand, humbles et soumis, nous aimons vraiment Dieu. C'est le premier et le plus grand commandement. Aimer Dieu plus que quiconque ou quoi que ce soit d'autre est la condition qui apporte la paix, le réconfort, la confiance et la joie véritables. Si nous acquérons l'amour de Dieu et de Jésus-Christ, l'amour envers notre famille et notre prochain suivra naturellement.

La plus grande joie que l'on puisse connaître est d'être consumé par l'amour pour Dieu et pour tous ses enfants.

La charité, l'amour pur du Christ, est l'antidote aux querelles. Elle est la caractéristique principale d'un vrai disciple de Jésus-Christ. Si nous nous humilions devant Dieu et prions de toute l'énergie de notre cœur, Dieu nous accordera la charité (voir Moroni 7:48).

Si nous cherchons tous à ce que l'amour de Dieu demeure dans notre cœur, le miracle de l'unité nous semblera tout à fait naturel.

## IDENTITÉ DIVINE

Enfin, le peuple de 4 Néphi a montré un signe d'unité qui mérite notre attention : « Il n'y avait pas de brigands, ni d'assassins, et il n'y avait pas non plus de Lamanites, ni aucune sorte d'ites ; mais ils étaient un, enfants du Christ et héritiers du royaume de Dieu » (4 Néphi 1:17).

Les étiquettes qui avaient divisé le peuple pendant des centaines d'années se sont estompées laissant place à une identité plus durable et ennoblissante. Ils se voyaient eux-mêmes, et considéraient chacun, selon leur relation avec notre Père céleste et Jésus-Christ.

La diversité et les différences peuvent être bonnes et importantes pour nous. Mais nos titres les plus importants sont ceux liés à notre origine et à notre but divins.

D'abord et avant tout, chacun de nous est un enfant de Dieu. Deuxièmement, en tant que membre de l'Église, chacun de nous est un enfant de l'alliance. Et, troisièmement, chacun de nous est un disciple de Jésus-Christ. Je vous exhorte tous à ne permettre à aucun autre identifiant de « supplanter, remplacer ou prendre priorité sur ces trois titres durables<sup>2</sup> ».

## SOYEZ UN

Jésus-Christ invite tout le monde à venir à lui. Il y a de la place pour tout le monde. Nous pouvons différer par nos cultures, nos opinions politiques, nos ethnies, nos goûts et bien d'autres choses. Mais lorsque nous nous unissons en Jésus-Christ, ces différences perdent de leur importance et sont remplacées par notre désir suprême d'être un, afin de lui appartenir.

Prenez à cœur les leçons enseignées dans 4 Néphi. Si chacun de nous s'efforce d'intégrer ces éléments essentiels à l'unité dans sa vie, on pourra dire de nous, comme d'eux : « Assurément, il ne pouvait y avoir de peuple plus heureux parmi tout le peuple qui avait été créé par la main de Dieu » (4 Néphi 1:16). ■

### NOTES

1. Pour en savoir plus sur la signification des alliances contractées avec Dieu et les bénédictions qui en découlent, voir Russell M. Nelson, « L'alliance éternelle », *Le Liahona*, octobre 2022, p. 4-11.
2. Russell M. Nelson, « Des décisions pour l'éternité » (réunion spirituelle mondiale pour les jeunes adultes, 15 mai 2022), Médiathèque de l'Évangile.

*Notre relation d'alliance avec Dieu nous donne une cause commune et une identité commune.*



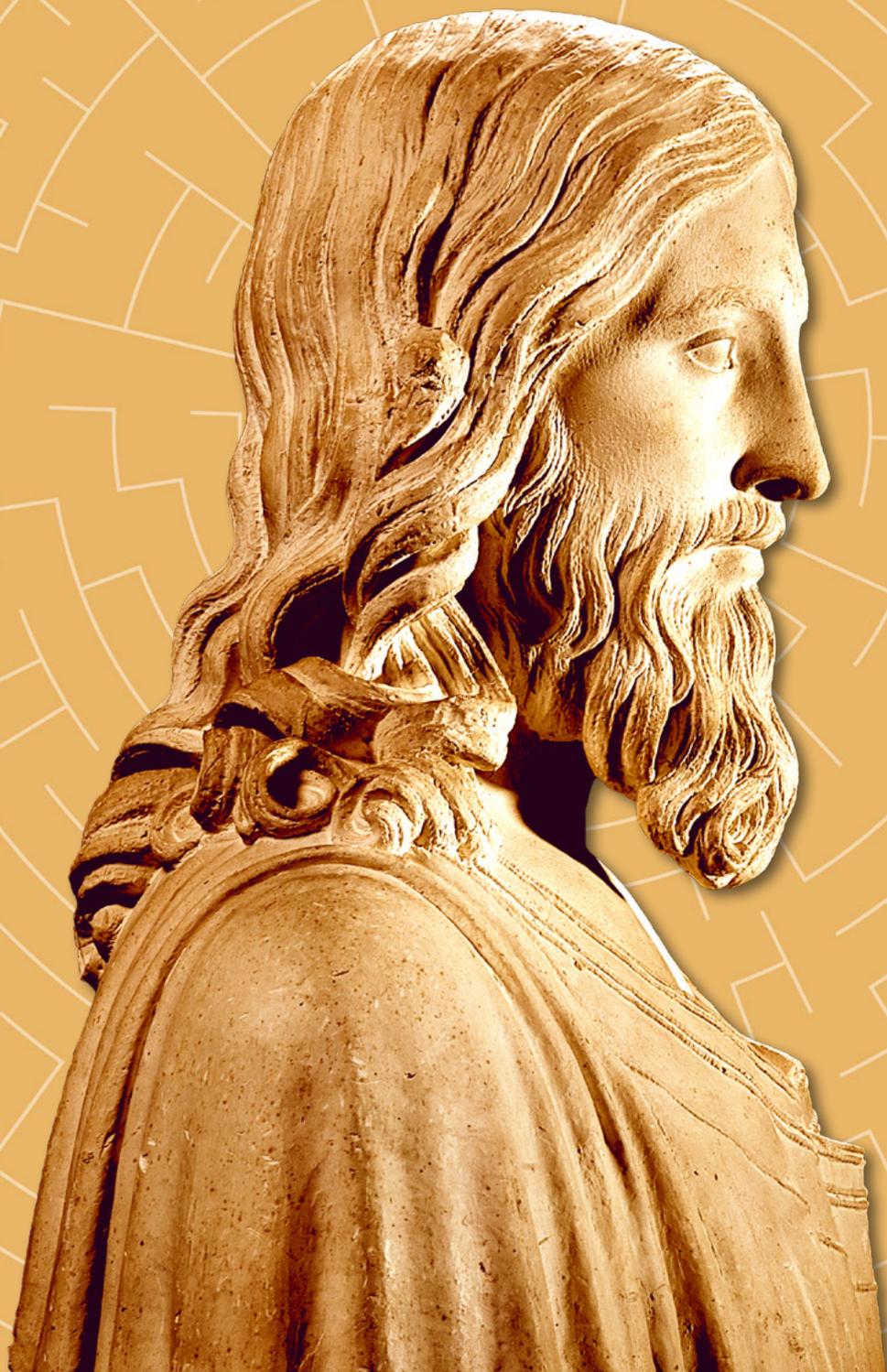
Par Juan Pablo Villar  
des soixante-dix

# Nous suivons le MAÎTRE SERVITEUR

*Jésus-Christ est notre exemple parfait  
de service compatissant envers tous.*

**E**n assistant à des conférences de pieu dans toute l'Église, j'ai l'occasion merveilleuse d'accompagner les présidents de pieu pour rendre visite aux membres et aux familles et les servir. Lors de ces visites de service pastoral, je me demande parfois quoi dire et quoi faire, surtout lorsque les personnes que je rencontre traversent des épreuves difficiles. Mais au lieu de me concentrer sur ce que je pourrais dire ou faire, j'ai découvert que le fait de me concentrer sur le Maître serviteur, notre Sauveur, Jésus-Christ, est ce qui m'aide le plus lorsque je sers autrui.

Comme pour toute bonne chose, Jésus-Christ est notre exemple parfait. Lorsque nous quittons notre foyer, et sortons ainsi de notre zone de confort, pour servir les personnes qui nous entourent comme il le ferait, le Sauveur nous guide dans nos actions. Notre service pastoral prendra alors plus de sens que tout ce que nous pourrions dire ou faire seuls.



# Ne pas passer à côté

Lorsqu'on lui a demandé : « Et qui est mon prochain ? » (Luc 10:29), Jésus a saisi l'occasion pour raconter une parabole. Il a raconté l'histoire d'un homme qui, se rendant de Jérusalem à Jéricho, « tomba au milieu des brigands » et fut volé, battu et laissé « à demi mort » sur la route (Luc 10:30).

Peu après, un prêtre passa par là. Bien qu'ayant probablement constaté l'état critique de l'homme, il ne s'arrêta pas pour l'aider. Il « passa de l'autre côté » de la route (Luc 10:31). Ensuite, un Lévite arriva, et « ayant vu » la gravité de la blessure de l'homme, lui aussi « passa outre » (Luc 10:32). Puis un Samaritain arriva. Jésus décrit le Samaritain comme étant animé d'un sentiment que le sacrificateur et le Lévite n'avaient pas : il « fut ému de compassion pour [cet homme] » (Luc 10:33) et « alla vers lui, [...] pansa ses blessures, [...] et prit soin de lui » (Luc 10:34).

La parabole du bon Samaritain ne concerne pas seulement les sacrificateurs, les Lévites ou les Samaritains. Elle parle de nous. Nous avons des frères et des sœurs blessés sur le bord de la route de la vie. Cela peut être n'importe qui : des amis, des membres de notre famille, des voisins, des membres de la collectivité et même des personnes assises à l'église avec nous le dimanche. Les voyons-nous et passons-nous à côté d'eux ? Ou les servons-nous avec compassion comme l'a fait le bon Samaritain ? La plupart des personnes que nous voyons n'ont pas de blessures visibles. Beaucoup souffrent en silence et ne demandent pas d'aide. La seule façon d'être sûrs de notre approche est d'aller vers les gens avec l'amour et la compassion dont le Samaritain a fait preuve. Servir à la manière du Christ signifie faire preuve de compassion envers *tous*.



# Prier pour voir les besoins d'autrui

Tandis que Jésus traversait la foule, une femme souffrant depuis douze ans d'une perte de sang s'est approchée de lui avec foi. Quand elle a touché le bord du vêtement de Jésus, il a senti que du pouvoir ou de la « force était sortie de [lui] ». Jésus s'est tourné vers la femme et lui a dit : « Ma fille, ta foi t'a sauvée ; va en paix » (voir Luc 8:43-48).

Quand les amis d'un paralytique l'ont amené à Jésus en le faisant descendre par le toit d'une maison, Jésus a d'abord guéri spirituellement l'homme en lui disant : « Mon enfant tes péchés sont pardonnés. » En réponse, les scribes ont accusé Jésus de blasphème. Pour aider les personnes présentes à comprendre qu'il a « sur la terre le pouvoir de pardonner les péchés », Jésus a dit à l'homme : « Lève-toi, prends ton lit, et va dans ta maison. » Immédiatement, l'homme « [s'est levé] devant eux tous » (voir Marc 2:3-12). Le pouvoir qu'avait le Christ de guérir physiquement les malades était le même que celui qu'il utilisait pour guérir les malades spirituels.

Ces deux exemples, et bien d'autres, montrent que le Sauveur comprend parfaitement les besoins temporels et spirituels des personnes et qu'il y répond de manière spécifique. Nous aussi, nous pouvons faire de même. Bien que nous ne puissions pas voir parfaitement les besoins d'autrui, comme le Sauveur les voit, nous pouvons prier pour avoir la capacité de les discerner, pour être guidés concernant la manière d'y répondre et pour être la réponse à la prière de quelqu'un.

Une fois que nous voyons, nous devons aussi agir avec compassion. Quel est l'intérêt de voir si nous ne faisons rien ? Si nous voyons et ne faisons rien, nous risquons de perdre notre vision spirituelle. En agissant, même par des petites choses, nous recevrons davantage de la lumière du Sauveur afin de mieux voir et servir les personnes qui nous entourent.

# Être là

Parfois, nous hésitons à offrir notre aide. Nous nous préoccupons de la réaction des personnes ou de leur disposition à recevoir notre aide. Cela m'est arrivé. Dans ces moments-là, la chose la plus importante que nous puissions faire est d'être là et de les aimer. Le Sauveur est encore une fois notre exemple parfait.

Juste avant l'apparition du Sauveur ressuscité aux Néphites, le peuple avait traversé de nombreuses catastrophes et avait été plongé dans de profondes ténèbres. Ils avaient désespérément besoin de secours. Le Sauveur aurait pu se contenter de leur parler du haut des cieux pour leur dire ce qu'ils avaient besoin d'entendre (voir 3 Néphi 9-10), mais il leur est apparu et est allé parmi eux. Il les a instruits et a prié avec eux (voir 3 Néphi 11-19).

Il leur a demandé aussi : « En avez-vous parmi vous qui sont malades ? Amenez-les ici. En avez-vous qui sont estropiés, ou aveugles, ou boiteux, ou mutilés, ou lépreux, ou qui sont desséchés, qui sont sourds, ou qui sont affligés de toute autre manière ? Amenez-les ici et je les guérirai, car j'ai *compassion* de vous ; mes entrailles sont remplies de miséricorde. [...]

« Et il arriva que lorsqu'il eut ainsi parlé, toute la multitude, d'un commun accord, s'avança [...] avec tous ceux qui étaient affligés de toute autre manière ; et il guérit *chacun d'eux* à mesure qu'on les lui amenait » (3 Néphi 17:7, 9 ; italiques ajoutés).

Si vous manquez d'assurance pour servir autrui ou si vous êtes anxieux à l'idée de le faire, ne vous inquiétez pas trop de ce que vous devez dire ou faire. Commencez par simplement être là. Russell M. Nelson a enseigné « qu'une bonne inspiration est basée sur une bonne information<sup>1</sup> ». En côtoyant les personnes à aider, vous apprendrez à les connaître et vous saurez quand leur rendre visite lorsqu'elles sont malades, quand proposer des bénédictions de la prêtrise, quand écouter et « porter les fardeaux les uns des autres, afin qu'ils soient légers », « pleurer avec ceux qui pleurent ; [...] consoler ceux qui ont besoin de consolation » (Mosiah 18:8-9), et vous réjouir avec ceux qui se réjouissent ! N'hésitez pas. Vous recevrez l'inspiration pour savoir ce que le Sauveur veut que vous disiez et fassiez pendant que vous servez.

## TIRER LE MEILLEUR PARTI DU SERVICE PASTORAL

Il y a tout autour de nous des occasions de servir comme le Sauveur le voudrait. Voici quelques façons de faire du service pastoral une partie intégrante de votre vie :

1. **Établissez le contact.** Connaissiez-vous les personnes qui vous ont été attribuées dans le cadre du service pastoral ? Allez à leur rencontre avec votre collègue de service pastoral. C'est de cette façon que de nombreuses possibilités de service pastoral s'ouvrent (vous trouverez vos attributions de service pastoral dans l'application « Outils » en cliquant sur votre nom dans l'annuaire puis sur « Service pastoral ».)
2. **Faites connaissance.** Faites savoir aux personnes qui vous entourent que vous vous souciez d'elles en apprenant à les connaître et montrez-leur que vous êtes là pour elles.
3. **Priez pour elles.** Priez pour avoir des occasions de servir et pour recevoir l'aide et l'inspiration de notre Père céleste afin de servir comme il voudrait que vous serviez. Il vous guidera par l'inspiration.
4. **Restez en contact.** Tendez régulièrement la main aux personnes qui vous entourent. En ayant des contacts réguliers, vous serez au courant de leur situation et prêts à servir.

Le Sauveur a montré l'exemple d'un service pastoral parfait. Nous nous tournons vers lui et servons avec charité et amour, comme il le fait pour nous.

# Prendre le Christ comme modèle

La première chose que le Sauveur a faite quand il est apparu aux Néphites a été de leur dire : « Levez-vous et venez à moi » et « [mettez] la main dans mon côté, et [touchez] la marque des clous dans mes mains et dans mes pieds » (3 Néphi 11:14).

Le Sauveur ne voulait pas qu'ils se contentent de le voir. Ils l'avaient déjà vu « descendre du ciel [...] et [se tenir] au milieu d'eux » (voir 3 Néphi 11:8). Il voulait que chacun d'eux vienne à lui, sache par lui-même qu'il était réel et le connaisse, lui et ce qu'il avait fait pour le monde entier. « Et cela ils le firent, s'avancant *un à un* jusqu'à ce qu'ils se fussent tous avancés » (3 Néphi 11:15 ; italiques ajoutés).

Il appela également douze disciples et « leur donna le pouvoir de baptiser » (3 Néphi 11:22) et enseigna la doctrine du baptême (voir 3 Néphi 11:23-27). Il commanda ensuite aux Néphites de mettre fin à toute querelle : « Voici, ce n'est pas ma doctrine d'exciter le cœur des hommes à la colère les uns contre les autres ; mais c'est ma doctrine que de telles choses soient abandonnées » (3 Néphi 11:30).

À bien des égards, le ministère du Sauveur dans le Livre de Mormon sert de modèle pour notre propre service pastoral. Nous pouvons aider nos frères et sœurs à venir à Jésus-Christ, les encourager à se faire baptiser et à recevoir les autres ordonnances du salut, les aimer et être des artisans de paix, comme le prophète nous l'a enseigné<sup>2</sup>.

Parfois, il ne sera pas facile de tendre la main. Il se peut même que nous soyons confrontés à nos propres épreuves, entravant notre motivation de servir à la manière du Sauveur. Le Rédempteur a fait face à des épreuves et rencontré des difficultés pendant son ministère. Si nous prenons son nom sur nous et sommes ses témoins (voir Mosiah 18:9), il nous sera demandé de marcher comme il l'a fait, de tendre la main et d'aimer les personnes que nous rencontrons.

Si nous suivons Jésus-Christ, le Maître serviteur, et servons autrui comme il le ferait, il nous fortifiera et nous donnera du pouvoir. Par notre service pastoral, nous pouvons être une bénédiction dans la vie d'autrui et trouver la paix et la joie dans la nôtre. ■

## NOTES

1. Russell M. Nelson, « Révélation pour l'Église, révélation pour notre vie », *Le Liahona*, mai 2018, p. 94.
2. Voir Russell M. Nelson, « Nous avons besoin d'artisans de paix », *Le Liahona*, mai 2023, p. 98-101.

# POUVONS- NOUS RÉPARER NOTRE RELATION ?

LUTTER CONTRE LES SÉVICES  
VERBAUX ET ÉMOTIONNELS

**Par Gail Newbold**

Magazines de l'Église

*L'article suivant a été révisé par  
des psychothérapeutes.*

**À** l'âge de soixante et onze ans, Janet (les noms ont été changés) s'est remariée. Elle et son nouveau mari étaient en lune de miel quand il s'est fâché contre elle. Janet se souvient : « Personne ne m'avait jamais parlé comme ça. » Elle était désemparée et horrifiée.

Au fil du temps, les colères de son mari se sont intensifiées. Les cris se sont transformés en jurons, en injures et en attaques personnelles blâmant la personnalité de Janet. Il prétendait qu'elle accordait plus d'importance à ses amis et à sa famille qu'à lui.

« Ce n'était pas vrai, déclare-t-elle, mais pour avoir la paix, je me suis éloignée d'eux. J'ai commencé à annuler des sorties avec mes amis. Je disais que je ne me sentais pas bien. »

« Quoi que je fasse, ce n'était pas suffisant pour lui, raconte-t-elle. J'ai commencé à rejeter la faute de ses colères sur moi et à me dire : ' Si seulement je n'avais pas fait ceci ou cela. ' J'ai commencé à me demander si j'étais une mauvaise personne comme il le disait. »

Si vous êtes victime de violence verbale ou émotionnelle, demandez de l'aide. Vos amis, votre famille, vos dirigeants de l'Église et d'autres personnes peuvent vous orienter vers les sources de soutien adaptées qui vous aideront à vous sentir en sécurité afin que vous puissiez guérir et reprendre conscience de votre valeur.



## LA PEINE PEUT FAIRE PLACE À LA PAIX

« Vous survivrez. En fait, vous avez déjà été secouru : vous avez déjà été sauvé par celui qui a souffert le même supplice que vous et subi des angoisses identiques aux vôtres. Jésus a vaincu les sévices de ce monde pour vous donner, non seulement le pouvoir de *survivre*, mais aussi un jour, grâce à lui, celui de surmonter et même de *vaincre*, pour vous élever complètement au-dessus de la douleur, de la détresse, de l'angoisse et les voir remplacées par la paix. [...] »

« Les sévices que vous avez subis n'étaient pas, ne sont pas et ne seront jamais de votre faute, peu importe ce que l'agresseur ou toute autre personne a pu vous dire. [...] »

« Dieu ne vous considère pas, et ne vous a jamais considéré, comme quelqu'un à mépriser. Quoi qu'il vous soit arrivé, il *n'a pas* honte de vous et vous ne l'avez pas déçu. Il vous aime d'une manière que vous n'avez pas encore découverte. »

Patrick Kearon, du Collège des douze apôtres,  
« Il est ressuscité avec la guérison sous  
ses ailes alors nous pouvons être plus que  
vainqueurs », *Le Liahona*, mai 2022, p. 37, 38-39.

Elle s'est posé des questions comme : « Si je veux quelque chose, alors pourquoi ai-je choisi cette personne ? Et pourquoi est-ce que je le laisse me parler comme ça ? Aurais-je dû voir les signes d'alertes ? » Il avait été si gentil, attentif et aimant quand ils sortaient ensemble.

« J'étais complètement déprimée », se souvient-elle. Elle a commencé à se dire qu'il valait mieux qu'elle tombe malade et meure pour ne pas avoir à divorcer. Elle avait déjà été mariée une fois auparavant et ne pouvait pas envisager un autre mariage raté.

« J'aurais dû en parler à quelqu'un, dit-elle, mais j'étais trop gênée et je savais qu'on me dirait de le quitter. Je ne voulais pas mettre fin au mariage et me retrouver de nouveau seule. Alors j'ai continué à espérer que les choses changent, et j'ai continué à justifier son comportement. »

## Les sévices sont un péché grave

Parfois, les victimes tolèrent le mauvais comportement parce qu'elles ne le reconnaissent pas comme des sévices.

On parle de sévices émotionnels lorsque quelqu'un essaie de blesser verbalement une autre personne, de la contrôler ou de la manipuler. Cela peut prendre la forme de critiques sévères, de reproches, d'isolement, de manipulation, de menaces, d'injures ou de refus de donner de l'affection.

Cela peut se produire dans n'importe quel type de relation : dans les amitiés, dans les relations amoureuses, entre conjoints ou parents et enfants, et même entre collègues de travail.

Russell M. Nelson a enseigné : « Les sévices constituent l'influence de l'adversaire. Ce sont des péchés graves. [...] En tant que président de l'Église, je confirme les enseignements du Seigneur Jésus-Christ sur ce sujet. Je vais être parfaitement clair : *toute* forme de sévices à l'égard des femmes, des enfants ou de quiconque est une abomination pour le Seigneur. Il éprouve une grande tristesse, et *je suis triste* chaque fois que du mal est fait à *quelqu'un*. Il pleure, et *nous pleurons tous* pour chaque personne qui a été victime de sévices de toute espèce. Les personnes qui commettent ces actes hideux ne sont pas seulement responsables devant les lois des hommes, mais elles devront également affronter la colère du Dieu tout puissant. [...] »

« Le Sauveur ne tolère pas les sévices et nous, ses disciples, ne le pouvons pas non plus<sup>1</sup>. »

Vous êtes un fils ou une fille de Dieu et votre nature et votre destinée sont divines. L'Évangile de Jésus-Christ nous enseigne à nous aimer les uns les autres (voir Jean 13:34) et à traiter autrui comme nous voudrions être traités (voir Matthieu 7:12).

## Les victimes se sentent souvent coupables

Les victimes éprouvent de la peur, de la honte, du désespoir et une perte d'estime de soi.

Le mariage de Diego avec une femme maltraitante, qui a duré deux ans, l'a brisé et mis au bord du suicide. Avec le recul, il regrette de ne pas avoir prêté attention aux signes avant-coureurs. Sa femme avait connu plusieurs mariages et relations ratés. Pourtant, leurs six mois de fréquentation s'étaient déroulés sans encombre et il était tombé amoureux.

Après leur mariage, son comportement l'a surpris et troublé. Elle critiquait son apparence et, quand il lui demandait pourquoi elle disait ce genre de choses, elle lui répondait qu'elle plaisantait et qu'il n'avait pas le sens de l'humour. « Il y a eu beaucoup de violence verbale et de manipulation mentale », dit-il.

Il y a aussi eu des épisodes de violence physique pendant lesquels elle lui crachait au visage, lui donnait des coups de pied et le griffait. Comme beaucoup de victimes, Diego essayait de trouver des excuses au comportement de sa femme. Il se disait qu'elle passait une mauvaise journée. Il essayait désespérément de faire des choses qui, il l'espérait, la rendrait heureuse.

« Je nettoyait les salles de bain et préparais le dîner, mais je n'arrivais jamais à lui faire plaisir » se souvient-il. La violence physique a probablement été la pire chose pour moi en tant qu'homme. Je me sentais faible et impuissant. Parfois, je trouvais un endroit où me cacher au travail, puis je fondais en larmes. J'étais la victime, mais elle me donnait le sentiment que tout ce qui arrivait de mal était de ma faute. Je me sentais coupable. Avait-elle raison ? La tristesse était incroyable. »

Il se souvient : « Je voulais que notre mariage fonctionne. Je priais très fort, j'allais au temple, je jeûnais, je lisais les Écritures et j'essayais de me rapprocher de notre Père céleste par tous les moyens. L'espoir me maintenait à flot. Je continuais à croire que si j'étais obéissant, les choses s'arrangeraient. »

## Demander de l'aide

**Rechercher la force spirituelle** : Les victimes peuvent rechercher l'inspiration et la force spirituelle par la prière, le jeûne, l'étude des Écritures, les bénédictions de la prêtrise et l'assistance à l'église et au temple. Elles peuvent obtenir de l'aide et du soutien auprès d'amis de confiance, de dirigeants de l'Église ou de thérapeutes professionnels. Plus important encore, elles peuvent avoir foi au Seigneur, rechercher ses conseils à l'aide de la prière et avoir confiance qu'il « consacrera [leurs] afflictions à [leur] avantage » (2 Néphi 2:2).

**Fixer des limites** : Les experts disent qu'il est important de fixer des limites et de les respecter. Une victime peut dire : « Je ne me sens pas respecté en ce moment. Je veux parler avec toi, mais pas tant que tu ne me traiteras pas avec plus de respect et de gentillesse<sup>2</sup>. »

Cependant, certaines personnes ne respecteront pas ces limites. Diego a essayé de fixer des limites, mais sa femme a continué de crier. Il explique : « On ne peut pas toujours raisonner avec un agresseur et c'est très difficile de rester calme quand quelqu'un vous attaque verbalement. Le Christ se serait éloigné ou aurait



## QUE FAIRE SI VOUS ÊTES VICTIME DE SÉVICES

- Ne justifiez pas ou ne minimisez pas le comportement blessant et ne rejetez pas la faute sur vous.
- Considérez le malaise émotionnel comme un signe que quelque chose ne va pas et qu'il vous faut de l'aide. Confiez-vous à un ami de confiance, à un dirigeant de l'Église ou à un thérapeute professionnel.
- Prenez soin de vous et de vos besoins.
- Appelez immédiatement les forces de l'ordre en cas de violence. La police peut vous protéger, vous et vos enfants, d'un danger immédiat.
- Quittez la relation. Pour les couples, cela ne signifie pas toujours divorcer, mais cela peut vouloir dire se séparer jusqu'à ce que l'autre respecte des limites fermes pour une relation saine.
- Consultez la rubrique « Sévices » dans la section « Faire face aux défis de la vie » de la Médiathèque de l'Évangile pour obtenir des conseils sur des questions telles que « Est-il possible de guérir ? » et « Suis-je capable d'établir des relations saines et sûres ? »

### DIRIGEANTS

Pour obtenir des conseils, voir « Sévices » dans le *Manuel général d'instructions : Servir dans l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours*, section 38.6.2, Médiathèque de l'Évangile. Vous trouverez d'autres documents pour aider les victimes et les auteurs de sévices dans la section Documentation pour servir et accompagner les personnes en difficulté dans la Médiathèque de l'Évangile en suivant le chemin suivant : Manuels et appels > Appels de paroisse ou de branche > Épiscopat.

parlé doucement. Je n'étais pas parfait comme le Christ. J'aurais pu mieux faire. Je pense que vous avez besoin d'un médiateur, un dirigeant de l'Église ou un thérapeute, pour avoir une discussion rationnelle. »

Il peut être utile de demander l'aide d'un thérapeute dans ce genre de situation. Les thérapeutes qui ont de solides connaissances en matière de sévices émotionnels peuvent suggérer des façons de gérer les émotions intenses.

**Aborder le problème :** Parfois, les personnes qui disent des choses blessantes ne se rendent pas compte à quel point elles nuisent à la relation. Elles peuvent apprendre à changer si elles sont disposées à demander de l'aide. Dans un moment où la situation n'est pas tendue, la personne qui a reçu les commentaires blessants peut dire quelque chose comme : « Je me sens blessé(e) [ou je ne me sens pas aimé(e) ou respecté(e)] quand tu dis des choses comme ça. J'apprécierais que tu ... » Mettre en lumière ces comportements peut aider la personne coupable à prendre conscience de ce qu'elle fait et lui donner l'occasion de s'améliorer.

Si la personne est disposée à écouter, les deux personnes peuvent obtenir de l'aide. Elles peuvent prendre conseil auprès d'un thérapeute ensemble et discuter des comportements qui nuisent à la relation et de ceux qui la réparent. Elles peuvent travailler ensemble pour bâtir la relation qu'elles désirent.

Cependant, si la personne ne veut pas écouter et persiste dans le comportement destructeur, la victime n'est pas tenue de rester dans une relation violente. Pour les couples mariés, cela ne signifie pas toujours divorcer, mais cela peut vouloir dire se séparer jusqu'à ce que le conjoint respecte des limites fermes pour une relation saine.

**Essayer de ne pas perpétuer des habitudes malsaines :** Kristin M. Yee, deuxième conseillère dans la présidence générale de la Société de Secours, a enseigné :

« Le chemin du pardon et de la guérison inclut le choix de ne pas perpétuer des habitudes ou des interactions malsaines dans notre famille ou ailleurs. Nous pouvons offrir à toutes les personnes qui se trouvent dans notre cercle d'influence de la gentillesse au lieu de la cruauté, de l'amour au lieu de la haine, de la gentillesse au lieu de l'agressivité, et leur apporter la sécurité au lieu de la détresse et la paix au lieu des querelles.

Le fait d'offrir ce qui nous a été refusé est un aspect important de la guérison divine rendue possible grâce à la foi en Jésus-Christ<sup>3</sup>. »

## Guérir avec l'aide de Dieu

Diego a parlé à un conseiller conjugal et voyait régulièrement son évêque : « Je ne suis pas sûr que j'aurais pu traverser cette expérience sans l'aide de mon évêque, l'homme le plus aimant qui soit. Et le temple était ma consolation. »

Diego a eu du mal à guérir après son divorce, mais il a témoigné : « J'ai beaucoup appris de cette relation et j'ai progressé dans tous les domaines, ce qui a fait de moi un homme, un père, une personne, un détenteur de la prêtrise, un fils, un ami et un partenaire meilleurs. J'ai fait tout ce qui était en mon pouvoir pour que le mariage fonctionne, mais cela n'a pas été le cas. Elle avait son libre arbitre et a fait son choix. »

Après avoir essayé pendant trois ans de faire fonctionner son mariage, Janet a demandé le divorce et a emménagé temporairement chez l'un de ses enfants. Elle se souvient : « Les premiers jours et les premières semaines ont été les plus difficiles. » Elle a déversé son cœur en prières et s'est consacrée à la lecture quotidienne du Livre de Mormon et de discours de conférence réconfortants.

Elle a continué d'aller régulièrement à l'église, a consulté un thérapeute professionnel et a reçu des conseils spirituels utiles de son évêque. Elle dit : « Le thérapeute m'a beaucoup aidée et je me suis sentie beaucoup mieux après avoir parlé à mon évêque. »

Une amie lui a suggéré de réciter ses Écritures préférées à haute voix et de déclarer toutes les bonnes choses qu'elle voulait avoir dans sa vie. Janet l'a fait fidèlement, mémorisant les Écritures qui l'inspiraient. Deux de ses préférées étaient :

« Fortifie-toi et prends courage ; ne t'effraie point et ne t'épouvante point, car l'Éternel, ton Dieu, est avec toi dans tout ce que tu entreprendras » (Josué 1:9).

« Ne crains rien, car je suis avec toi ; ne promène pas des regards inquiets, car je suis ton Dieu ; je te fortifie, je viens à ton secours, je te soutiens de ma droite triomphante » (Ésaïe 41:10).

Elle a trouvé de la force dans la connaissance que la mission du Sauveur est de « *guérir ceux qui ont le cœur brisé*, de prêcher la délivrance aux captifs, [...] pour *renvoyer libres les opprimés* » (Luc 4:18 ; italiques ajoutés).

Témoignant de cette mission de guérison du Sauveur, Patrick Kearon, du Collège des douze apôtres, a assuré aux victimes de sévices :

« De la profondeur de ses souffrances expiatoires, le Sauveur offre l'espérance que vous pensiez avoir perdue à jamais, la force que vous croyiez ne jamais pouvoir détenir et la guérison que vous imaginiez impossible. [...]

« Les bras tendus, le Sauveur vous offre le don de la guérison. Avec du courage, de la patience et une attention fidèle portée sur lui, vous pourrez bientôt accepter pleinement ce don<sup>4</sup>. » ■

### NOTES

1. Russell M. Nelson, « Qu'est-ce qui est vrai ? », *Le Liahona*, novembre 2022, p. 29.
2. Nanon Talley, « Reconnaître les sévices émotionnels » (en version numérique uniquement), *Le Liahona*, octobre 2020, [ChurchofJesusChrist.org](https://www.ChurchofJesusChrist.org).
3. Kristin M. Yee, « Un diadème au lieu de la cendre, ou comment le pardon mène à la guérison », *Le Liahona*, novembre 2022, p. 38.
4. Patrick Kearon, « Il est ressuscité avec la guérison sous ses ailes alors nous pouvons être plus que vainqueurs », *Le Liahona*, mai 2022, p. 39.

### COMMENT PARDONNER

Le Seigneur nous commande de pardonner à tout le monde (voir, par exemple, Doctrine et Alliances 64:10), mais cela ne signifie pas toujours rester avec les personnes qui nous ont blessés ou fermer les yeux sur ce qu'elles ont fait. Cela signifie qu'avec l'aide du Seigneur, nous pouvons être libérés de la colère ou des sentiments blessants à leur égard.

Le président Nelson a témoigné du pouvoir que nous pouvons recevoir du Sauveur pour nous aider à pardonner :

« Grâce à l'expiation infinie [du Sauveur], vous avez la possibilité de pardonner aux personnes qui vous ont fait du mal et qui n'accepteront peut-être jamais de reconnaître la responsabilité des mauvais traitements qu'elles vous ont infligés.

Il est généralement facile de pardonner à quelqu'un qui cherche sincèrement et humblement votre pardon. Mais le Sauveur vous accordera la capacité de pardonner à quiconque vous a maltraités de quelque façon que ce soit. Alors, leurs actes blessants ne rongeront plus votre âme » (« Quatre dons que Jésus-Christ vous fait », veillée de Noël de la Première Présidence, 2 décembre 2018, [broadcasts.ChurchofJesusChrist.org](https://www.broadcasts.ChurchofJesusChrist.org)).



## « À CAUSE DE TA FOI, TU AS VU »

**Don L. Searle**

**P**our moi, l'une des histoires les plus saisissantes et les plus touchantes du Livre de Mormon est celle du frère de Jared (voir Éther 2-3). En raison de sa grande foi, il ne pouvait être gardé à en dehors de la présence du Seigneur. Il a accompli de grands miracles et a eu des visions merveilleuses.

L'histoire est saisissante parce qu'elle enseigne que, par la foi et l'obéissance, une grande connaissance et des vérités glorieuses sont accessibles à chacun de nous.

L'histoire me pousse à l'humilité parce qu'elle me montre que je ne suis pas comme le frère de Jared. À certains moments de ma vie, notre Père céleste aurait pu m'accorder une connaissance et une force spirituelle bien plus grandes si je n'avais pas manqué de foi.

Pour moi, deux vérités ressortent de cette histoire : (1) croire est la clé pour voir le Seigneur accomplir des œuvres merveilleuses dans notre vie, et (2) il n'est jamais trop tard pour croire puis voir.

Quand nous doutons, nous fermons nos yeux spirituels. Dans Éther 12:27, le Seigneur ne fait pas seulement remarquer que nous, mortels, avons des faiblesses, il dit aussi : « S'ils s'humilient devant moi, et ont foi en moi, alors

*Lorsque nous nous humilions avec foi, notre Père nous aide à voir les possibilités qu'il entrevoit pour nous.*

je rendrai fortes pour eux les choses qui sont faibles. » Cela suggère que lorsque nous nous humilions avec foi, notre Père peut nous aider à voir les possibilités qu'il entrevoit pour nous, ce que nous pouvons devenir et ce que nous pouvons accomplir.

Nous nous demandons peut-être : « Pourquoi *me* ferait-il connaître de grandes choses ? » Dans le fond, c'est la question que les frères aînés de Néphi, Laman et Lémuel, ont posée. Alors qu'ils avaient du mal à comprendre les enseignements visionnaires de leur père, Néphi a demandé : « Avez-vous interrogé le Seigneur ? » Ils ont répondu : « Non, car le Seigneur ne nous révèle rien de la sorte. » En réponse, Néphi a réitéré l'invitation du Seigneur : « Si vous ne vous endurcissez pas le cœur et me demandez avec foi, croyant que vous recevrez, étant diligents à garder mes commandements, assurément ces choses vous seront révélées » (1 Néphi 15 :7-9, 11). Cette promesse s'adresse à chacun d'entre nous.

Les paroles suivantes de Jésus-Christ, prononcées avant sa venue sur terre et adressées au frère de Jared, donnent de l'espoir aux personnes qui font preuve d'une grande foi et d'une grande obéissance pour rechercher la direction divine : « À cause de ta foi, tu as vu » (Éther 3 :9). Notre foi peut nous amener à voir ses œuvres merveilleuses dans notre vie.

Nous n'avons pas seulement l'honneur et l'occasion de chercher la connaissance auprès du Seigneur, c'est aussi notre devoir et notre responsabilité. Il a commandé : « Cherchez la connaissance par l'étude et aussi par la foi » (Doctrine et Alliances 88:118).

Nous avons reçu cette instruction inspirée de Russell M. Nelson :

« Est-ce que Dieu *veut* réellement vous parler ? Oui ! [...] »

« Je vous exhorte à repousser les limites de votre capacité spirituelle actuelle de recevoir la révélation personnelle, car le Seigneur a promis : 'Si tu le [recherches], tu recevras révélation sur révélation' [Doctrine et Alliances 42 :61]<sup>1</sup>.

Je connais au moins trois façons dont il nous aidera à voir ses œuvres dans notre vie si nous croyons.





## 1. Il nous aidera à voir la mission qu'il nous a confiée pour notre vie.

Quand j'avais seize ans, un patriarche qui ne m'avait jamais vu auparavant et qui ne connaissait rien de mon histoire m'a donné ma bénédiction patriarcale. Par elle, le Seigneur répondait à des questions précises que j'avais gardées dans mon cœur concernant certaines difficultés personnelles. Mes pensées à leur sujet semblaient trop intimes pour être exprimées. L'une de mes difficultés consistait à savoir si je trouverais une femme aimante assez courageuse pour m'épouser en dépit de mon importante malformation congénitale, dont nos enfants pourraient hériter. La réponse fut positive. J'ai épousé Marie et nous avons eu cinq enfants.

Les réponses du Seigneur dans cette bénédiction ont respecté mes préoccupations et ma vie privée. Elles ont été formulées de manière à ce que je sois le seul à en comprendre pleinement le sens. Depuis ce jour, j'ai un fort témoignage personnel que notre Père céleste me connaît intimement.

Ma carrière m'a apporté de la joie, de la progression et de la satisfaction en essayant de le servir, lui et ses enfants. Après ma retraite, le monde et le domaine dans lequel j'avais fait carrière ont évolué sans moi. Certains jours, dans les moments difficiles, je me suis demandé

si j'avais *vraiment* fait quelque chose de bien pendant ces années, si mon offrande était digne des grandes promesses qui m'avaient été faites.

À l'une de ces occasions, j'ai reçu cette réponse : relis ta bénédiction patriarcale. En la lisant, des questions pointues me sont venues à l'esprit : « Ne t'ai-je pas donné cette bénédiction comme je l'avais promis ? Cela ne s'est-il pas réalisé dans ta vie ? Et ça ? » J'ai vu clairement comment le Seigneur a accompli les bénédictions qu'il m'avait promises. J'ai eu l'assurance que mes offrandes faites humblement et de bon cœur étaient acceptables et j'ai aussi été averti que je n'avais pas encore terminé, qu'il y avait encore d'autres occasions de servir.

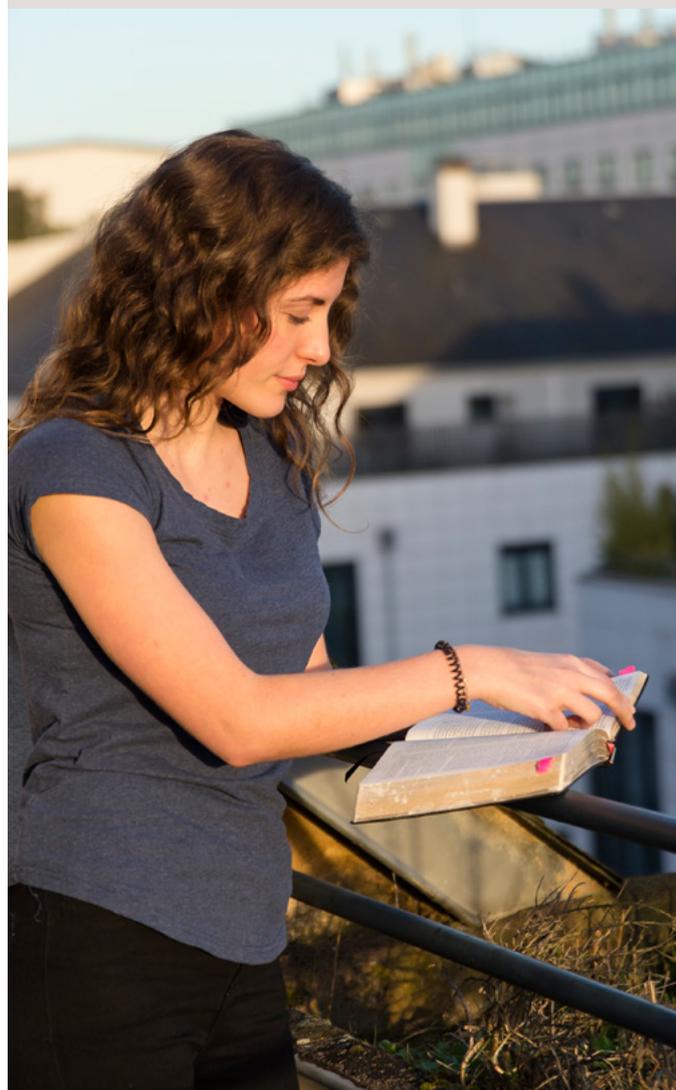
J'ai aussi été impressionné par le fait que je n'étais pas le seul à avoir ces préoccupations. Beaucoup d'autres peuvent se demander, en faisant le bilan de leur vie et en ne voyant aucun grand repère de la condition mortelle, s'ils ont fait du bien. Mais nous ne voyons pas comme le Seigneur voit. Peut-être que si nous choisissons de nous concentrer sur ce qu'il nous a donné, plutôt que sur les choses que nous avons désirées, mais n'avons pas reçues, nous verrions plus clairement comment sa main a touché notre vie.

## **2. Quand je lis et étudie les Écritures à l'aide de la prière, le Seigneur m'aide à voir plus que des directives générales adressées à tous ses enfants. Je vois un guide personnel pour gérer mes difficultés personnelles.**

Les marges de mes Écritures, en particulier du Livre de Mormon, sont pleines de notes sur ce que le Seigneur m'a aidé à voir concernant la mise en pratique de leurs enseignements. Il y a quelques années, j'ai commencé à tenir un journal de notes, parfois verset par verset, pour noter ce que le Seigneur m'enseignait. Depuis, j'ai lu plusieurs fois le Livre de Mormon de cette manière, suivi par les Doctrine et Alliances, la Perle de Grand Prix et, plus récemment, le Nouveau Testament. Quand j'aborde mon étude dans un esprit de prière, en demandant au Seigneur de m'ouvrir les Écritures, je suis étonné de constater tout ce qu'il m'aide à voir.

Les histoires et les paraboles qui semblaient offrir de bons exemples simples de comportement individuel revêtent soudain des applications pratiques dans ma vie. Des Écritures que je voyais comme servant de contexte historique ont soudain une signification profonde pour la poursuite du rétablissement de l'Évangile. Je vois comment les expériences de Joseph et Daniel, de Pierre et Paul, de Néphi, des deux Alma et du capitaine Moroni s'appliquent aux difficultés que nous rencontrons tous les jours. Les chapitres du Livre de Mormon relatant les guerres ne sont pas seulement un récit des plans de bataille clairvoyants du capitaine Moroni, ils fournissent aussi une stratégie personnelle pour faire face aux attaques incessantes du diable : nous pouvons fortifier à l'avance nos forteresses spirituelles personnelles.

Les choses que je vois grâce à mon étude personnelle ne sont peut-être pas nouvelles pour d'autres personnes. Mais noter ce que j'apprends est devenu important dans ma progression spirituelle personnelle.



Les prophètes et les dirigeants de l'Église nous ont souvent recommandé de noter ce que le Seigneur nous enseigne si nous voulons qu'il nous enseigne davantage. David A. Bednar, du Collège des douze apôtres, explique : « J'ai aussi appris que noter correctement mes impressions spirituelles montre au Sauveur combien je chéris ses conseils. La pratique simple d'écrire les pensées et les sentiments spirituels augmente considérablement la probabilité de recevoir et de reconnaître d'autres inspirations du Saint-Esprit<sup>2</sup>. »

### **3. Si nous demandons avec foi et avec une humble volonté d'obéir, le Seigneur nous aidera à voir des possibilités et des solutions que nous n'aurions pas vues seuls. Il adaptera ses réponses à nos besoins.**

Il m'a montré comment gérer des problèmes aussi divers que des défis spirituels douloureux ou de banales réparations domestiques. Il m'a montré les difficultés qui m'attendaient et comment m'y préparer. Il a montré son pouvoir dans ma vie lorsque j'ai eu peur et que j'ai douté, et quand j'ai dit, comme le père suppliant que son fils soit guéri : « Seigneur, je crois ; viens au secours de mon incrédulité » (Marc 9 :24).

Peut-être ne le prenons-nous pas assez au sérieux quand nous lisons : « Demandez, et l'on vous donnera » (Matthieu 7 :7) ou « Si vous me demandez, vous recevrez » (Doctrine et Alliances 6 :5). La promesse que « celui qui a la foi pour voir verra » (Doctrine et Alliances 42 :49) semble faire allusion à la guérison physique, mais je ne crois pas que sa signification était limitée. Lorsque nous avons suffisamment de foi, il peut ouvrir nos yeux spirituels pour voir ses miracles dans notre vie.

Je ne peux pas revenir en arrière pour changer le passé. Mais, quel que soit le temps qu'il me reste à vivre, j'espère pouvoir exercer une plus grande foi en son désir aimant de me montrer davantage de ses œuvres. J'espère entendre, comme le frère de Jared, ses paroles de confirmation : « À cause de ta foi, tu as vu. » ■

*L'auteur, ancien rédacteur en chef des magazines de l'Église, a écrit cet article plein de foi avant de décéder d'un cancer du pancréas en septembre 2023.*

#### **NOTES**

1. Russell M. Nelson, « Révélation pour l'Église, révélation pour notre vie », *Le Liahona*, mai 2018, p. 95.
2. David A. Bednar, *The Spirit of Revelation*, 2021 p. 37.





## Des paroles qui touchent le cœur

Par Tahira Carroll, Utah, États-Unis

*De mon entrée dans l'Église au travail que je fais pour aider les saints à entendre et à chanter des cantiques dans leur propre langue, la musique a bouclé la boucle de ma vie et a été une grande bénédiction pour ma famille.*

Scannez le code  
pour en savoir plus



*Après mon diagnostic, nous avons gardé les yeux fixés sur le Seigneur afin de voir nos bénédictions.*

## La paix était le miracle

Par Karen Baxter, Virginie (États-Unis)

Quand mon mari, David, et moi avons appris que nous ne pourrions pas avoir d'enfants, j'ai pleuré. Puis, en 2016, mon médecin m'a demandé de revenir à son bureau après un examen médical de routine et une mammographie. Après d'autres tests, ce qu'elle pensait d'abord être un petit problème s'est transformé en un gros problème : *le cancer*.

Cela a été un choc, et nous avons connu des jours difficiles. Avant de connaître le dénouement de la situation, j'ai dit à notre Père céleste : « Si c'est la fin pour moi, s'il te plaît, prends soin de David. »

J'arrivais à tenir le coup émotionnellement pendant la journée, mais quand la nuit arrivait et que tout était calme, les larmes montaient. Mais c'est aussi dans ces moments-là que je ressentais, par l'intermédiaire du Saint-Esprit, que tout irait bien, pas nécessairement parce que je survivrai, mais parce que notre Père céleste était là. Alors, pendant mon traitement, nous avons avancé un pas à la fois.

Certains cantiques et certaines Écritures ont pris davantage de sens. Doctrine et Alliances 122 :8 m'a vraiment frappée : « Le Fils de l'Homme est descendu plus bas que tout cela. Es-tu plus grand que lui ? »

Je me suis rendu compte que non, je ne suis pas plus grande que lui. Si affronter ma stérilité et mon cancer me permettait de mieux apprécier le

Sauveur et son sacrifice expiatoire, alors j'étais disposée à y faire face.

Nous avons gardé les yeux fixés sur le Seigneur afin de voir nos bénédictions, notamment un entourage qui m'a offert un soutien extraordinaire : ma présidente de la Société de Secours a été formidable, des gens de l'école où j'enseignais ont fait une marche contre le cancer en mon honneur, et une collègue qui voulait que je sache qu'elle se souciait de moi m'a donné un stylo rose. À ce moment-là, je me suis dit : « Elle a été mon ange aujourd'hui. Elle a été la preuve que Dieu savait que j'avais besoin d'un câlin ou d'un stylo rose. »

Les gens savent que nous sommes membres de l'Église. Ils veulent savoir pourquoi nous parvenons à traverser des moments difficiles tout en gardant le sourire.

Les gens nous demandaient souvent : « Comment faites-vous pour ne pas être anéantis ? » Nous avons expliqué que la paix que nous ressentions venait de notre foi et de nos croyances, de notre amour pour notre Père céleste et de notre confiance en sa volonté à notre égard. Le fait de parler de notre foi l'a fortifiée.

La paix n'est pas venue à la minute où on m'a diagnostiqué un cancer, mais elle est venue. La paix était le miracle. ■



# Que Dieu vous accompagne

Par Pete Czerny, Utah (États-Unis) [d'après un récit de son père]

Après la Seconde Guerre mondiale, mes parents ont voulu rejoindre les saints en Amérique. Mais ils devaient d'abord fuir l'Allemagne de l'Est vers l'Allemagne de l'Ouest avec leurs cinq enfants.

Mon père, Walter, est parti seul afin de déterminer à quel endroit il était le plus sûr de traverser la frontière. Il a voyagé léger, mais s'est senti poussé à emporter son violon avec lui. Violoniste accompli, il avait l'impression spirituelle que son violon l'aiderait d'une manière ou d'une autre dans son parcours.

En février 1949, mon père a pris le train pour se rendre dans une ville encore éloignée de plusieurs kilomètres de la frontière. Une fois arrivé, il s'est esquivé hors de la ville, prenant un chemin qui le conduisait dans une forêt hivernale. Toute personne prise en train de se diriger vers la frontière ouest-allemande était soupçonnée de s'échapper et était arrêtée.

En chemin, mon père a vu un autre homme qui essayait de s'enfuir en Allemagne de l'Ouest. Ils ont décidé de voyager à deux. Deux paires d'yeux vigilants valaient mieux qu'une seule.

En passant devant une tour de guet, ils ont avancé prudemment. Soudain, de derrière un buisson, un jeune soldat russe a surgi et crié : « Halte ! »

Mon père et son nouvel ami se sont figés d'horreur lorsque le soldat a pointé un gros fusil sur eux. Le soldat leur a annoncé qu'ils étaient en état d'arrestation.

Lentement, le nouvel ami de mon père a ouvert sa valise, révélant plusieurs denrées gastronomiques. Il a fait signe au soldat qu'il pouvait les lui donner s'il les laissait partir, mais le soldat n'a pas bougé.

Dans un russe approximatif, mon père a dit au soldat qu'il aimait la musique folklorique russe. Il a montré son étui à violon et lui a dit qu'il aimerait jouer pour lui.

Il a sorti son violon et a commencé à jouer une mélodie russe sentimentale. Peu de temps après, il a vu les yeux du jeune homme s'embuer de larmes. Quand mon père a eu fini de jouer, le soldat lui a demandé s'il connaissait d'autres mélodies russes.

Mon père a joué ensuite une autre mélodie. Quand il a terminé, le soldat pleurait. Remettant son fusil sur son épaule, le soldat a dit en russe : « Que Dieu vous accompagne. » Il a ensuite laissé les deux hommes poursuivre leur fuite vers l'Ouest.

Peu après, mon père est retourné sain et sauf en Allemagne de l'Est, reconnaissant de l'inspiration qui lui avait permis d'être protégé. Trois ans plus tard, il s'est enfuit avec sa famille en se rendant à Berlin-Est et en traversant la frontière pour se rendre à Berlin-Ouest. ■

*« Halte ! » a crié le soldat en pointant un gros fusil droit sur mon père.*





*Jusqu'à ce que je reconnaisse  
les fruits de l'Esprit, j'étais  
convaincu que l'Église du  
Seigneur n'était pas sur la terre.*

## Les doux murmures du Saint-Esprit

Par Barry Wells, Arkansas (États-Unis)

**M**a femme, Ruby, et moi n'avons pas grandi dans l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours. Cependant, dans sa jeunesse, Ruby a été exposée à de nombreuses églises et enseignements différents. Grâce à des prières constantes et diligentes, elle a découvert des enseignements qu'elle sentait être vrais, se formant un ensemble de croyances à partir des enseignements de diverses Églises chrétiennes. J'ai été élevé dans une seule Église et je n'en connaissais guère d'autres.

Après notre mariage, nous sommes allés à l'église ensemble, mais j'ai commencé à remettre en question la foi dans laquelle j'avais été élevé et j'ai posé des questions à ma femme sur la doctrine. Elle a répondu avec sagesse et simplement : « As-tu déjà lu la Bible ? »

Je ne l'avais pas fait, alors nous avons lu toute la Bible ensemble. Pendant que nous lisions, j'écrivais les questions qui restaient sans réponse. Nous avons commencé à chercher une Église qui enseignait tout ce que nous avions découvert. Pendant les deux années qui ont suivi, nous sommes allés dans de nombreuses églises, nous avons demandé de la documentation, nous avons lu des articles sur la philosophie et la religion, et nous avons prié. J'ai acquis la conviction que l'Église du Seigneur n'était pas sur la terre.

Nous manquions de sagesse et avons besoin de l'aide divine

(voir Joseph Smith, Histoire 1:11-13). Nous avons donc prié sincèrement ensemble, demandant à Dieu de nous montrer le chemin. Peu après notre prière, des missionnaires de l'Église sont apparus sur le pas de notre porte. Ruby a ressenti immédiatement la véracité de ce qu'ils enseignaient. Leurs enseignements ont trouvé un écho en elle et correspondaient aux réponses qu'elle avait reçues de nombreuses années plus tôt lorsqu'elle avait prié dans sa jeunesse. Les missionnaires ont aussi répondu à toutes mes questions, mais je voulais être sûr. J'ai lu le Livre de Mormon, les Doctrine et Alliances et d'autres livres de l'Église.

Nous allions aussi à l'église chaque semaine et vivions les enseignements de l'Évangile. Finalement, j'ai reconnu les fruits de l'Esprit de Dieu dans ma vie (voir Galates 5 :22) et j'ai reçu un témoignage fort. Nous nous sommes fait baptiser, avons reçu le don du Saint-Esprit et avons ensuite été scellés dans le temple.

Nous n'avons jamais regretté d'être devenus membres de l'Église. Cela a permis à notre mariage de rester fort dans les temps difficiles, et l'héritage de notre proximité avec l'Esprit de Dieu se perpétue à travers nos six enfants.

À ceux qui s'efforcent d'acquiescer un témoignage du Livre de Mormon ou de l'Église rétablie de Jésus-Christ, je dirais : « Continuez de prier, continuez de lire et continuez d'écouter les doux murmures du Saint-Esprit. » ■

# Mon besoin de guérison

Par Adele Wi-Repa, Waikato (Nouvelle-Zélande)

Un dimanche, j'étais assise à l'église, en colère et frustrée. Mon mari, Aaron, et moi avions eu une dispute la veille au soir et j'étais encore perturbée et contrariée en arrivant à l'église. Je suis restée en colère contre Aaron pendant le début de la réunion, jusqu'au cantique de Sainte-Cène. Je pensais : « Il faut qu'il s'excuse. »

Pendant que nous nous préparions à prendre la Sainte-Cène, notre assemblée a chanté le cantique « As Now We Take the Sacrament [Tandis que nous prenons la Sainte-Cène]<sup>1</sup> ». J'étais toujours en colère pendant le premier couplet. Puis le deuxième couplet a commencé ainsi : « Tandis que notre esprit repense au passé, nous savons que nous devons nous repentir. »

J'ai arrêté de chanter. J'ai écouté mon mari, mes enfants et les membres de ma paroisse continuer de chanter : « Le chemin qui mène à toi, c'est la justice, c'est ainsi que tu as vécu ta vie. »

Mon cœur s'est adouci. Peut-être que mon sentiment de contrariété n'était pas lié à mon mari après tout. Il s'agissait peut-être de moi.

Le cantique continuait :

*Le repentir est un don de Dieu.  
Que nous cherchons avec une  
intention pure.*

*Nous prenons la Sainte-Cène  
avec l'engagement d'accomplir  
ton œuvre.*

J'étais contrariée, alors que ce dont j'avais besoin était d'être humble et de demander pardon à notre Père céleste, un don rendu possible par son Fils, Jésus-Christ.

J'ai senti les larmes me monter aux yeux tandis que je regardais nos jeunes enfants assis en rang. Toute la colère et la tension que j'avais ressenties, toutes les accusations et le ressentiment qui avaient formé un nœud dans ma poitrine, se sont dissipés. À cet instant, l'important était de savoir ce que je devais faire pour changer afin de pouvoir rechercher et recevoir le pardon de notre Père céleste et de Jésus-Christ. Par l'intermédiaire d'un cantique, l'Esprit m'a clairement enseigné le pardon et la nécessité pour moi de le recevoir et de l'accorder.

Russell M. Nelson a dit : « Je vous supplie de venir à lui afin qu'il vous guérisse ! Il vous guérira du péché quand vous vous repentez. Il vous guérira de la tristesse et de la peur. Il vous guérira des blessures de ce monde<sup>2</sup>. »

En écoutant les paroles du cantique et en prenant la Sainte-Cène, j'ai ressenti le besoin de guérison et j'ai su vers qui me tourner. Les vérités que j'ai apprises sur le pardon au cours de cette réunion m'ont rapprochée du Seigneur et de mon mari. ■

## NOTES

1. « As Now We Take the Sacrament », *Hymns*, n° 169, dans le recueil de cantiques en anglais.
2. Russell M. Nelson, « La réponse, c'est toujours Jésus-Christ », *Le Liahona*, mai 2023, p. 127.

*Par l'intermédiaire d'un cantique de  
Sainte-Cène, l'Esprit m'a enseigné  
à accorder et à accepter le pardon.*





# Comment mes alliances me permettent de rester liée à ce qui compte *le plus*

Je ne me rendais pas compte à quel point mes alliances étaient un privilège.

Par Eva Thomas

**J**'aime ressentir l'Esprit. C'est un sentiment dont je peux dire avec confiance que je le reconnais maintenant.

Mais cela m'a demandé des efforts. Là où j'ai grandi, dans le nord de l'Angleterre, il m'était souvent difficile de me trouver dans un environnement qui me permettait de ressentir le Saint-Esprit. Il y avait là beaucoup de jeunes adultes formidables qui ont grandi dans l'Église, mais il était parfois difficile d'aligner notre comportement sur la doctrine et les vérités que nous connaissions dans notre cœur.

Pendant longtemps, j'allais à l'église le dimanche, mais j'étais frustrée et triste de voir que les choses que l'Esprit me communiquait ne touchaient pas les personnes que j'aimais et qui m'étaient chères.

Le président Nelson a enseigné : « Dans les jours à venir, il ne sera pas possible de survivre spirituellement sans l'influence directrice, réconfortante et constante du Saint-Esprit<sup>1</sup>. »

Cependant, j'apprends l'importance de faire de la place à l'Esprit dans tous les domaines de ma vie et d'aider d'autres personnes à faire de même.

# « *Les alliances sont la manifestation de l'étreinte de Dieu.* »

ROBERT M. DAINES

## LUTTER CONTRE LES TENTATIONS

Après avoir obtenu mon diplôme de fin d'études secondaires, j'ai rencontré beaucoup de difficultés. Par exemple, il y a beaucoup d'activités et de conférences pour les jeunes adultes de l'Église là où je vis. Mais après ces activités, certains jeunes adultes allaient dans des boîtes de nuit ou des endroits qui ne correspondaient pas à nos valeurs.

J'étais choquée !

Boire de l'alcool et sortir en boîte de nuit sont des choses courantes ici, mais je ne m'attendais pas à ce que les amis à côté desquels je m'asseyais à l'église fassent aussi ces choses.

J'étais perplexe.

En voyant des amis prendre ces décisions, j'avais beaucoup de mal à savoir qui m'aiderait à rester spirituellement forte. Finalement, parce que je voyais d'autres personnes vivre l'Évangile de manière désinvolte, je me suis éloignée de l'Évangile moi aussi. Je n'allais pas à l'église et je ne priais pas, et je faisais des choses que je n'aurais pas dû faire.

Mais un jour, alors que je me sentais particulièrement malheureuse, j'ai prié notre Père céleste et je lui ai fait part de ce que je ressentais. Je lui ai dit que je voulais que l'Église soit vraie et que je voulais comprendre ses commandements, mais que c'était si difficile d'envisager d'être seule à les suivre. Mais je lui ai dit que si je pouvais être rassurée sur les vérités de l'Évangile, je l'écouterais et je mettrai tout mon cœur à vivre l'Évangile à nouveau.

Quelques jours plus tard, j'ai eu la nette impression spirituelle que je devais faire une mission.

Cette pensée sortait vraiment de nulle part. Mais je sentais l'Esprit me pousser dans cette direction. Je savais que la préparation à la mission me permettrait de me souvenir de mon témoignage, de reconstruire ma relation avec notre Père céleste et Jésus-Christ et de m'appuyer sur ma propre foi, et non sur celle de quelqu'un d'autre.

Et c'est ce que je souhaitais.

Alors, j'ai commencé à changer. Cela a demandé beaucoup de travail spirituel. J'ai dû arrêter de passer du temps avec certains amis, j'ai rompu avec la personne que je fréquentais et j'ai dû remplacer mes mauvaises habitudes par de meilleures. J'ai travaillé avec mon évêque et je me suis appuyée sur le pouvoir habilitant de Jésus-Christ pour m'aider à aller de l'avant.

## UNE PERSPECTIVE DIFFÉRENTE

Avant ma mission, je ne comprenais pas les commandements et les alliances. Mes amis traitaient ces bénédictions comme des fardeaux, et j'avais commencé à les voir de cette façon aussi. Mais, après avoir fait une mission et avoir reconstruit ma foi, je considère maintenant les alliances et les commandements comme des responsabilités saintes

qui m'aident à maintenir chaque jour un lien direct et divin avec notre Père céleste et Jésus-Christ.

Emily Belle Freeman, présidente générale des Jeunes Filles, a récemment témoigné du pouvoir des alliances : « Peut-être qu'en entendant ces mots vous pensez à une liste de cases à cocher. Peut-être que vous ne voyez qu'un chemin rempli de devoirs. Mais en y regardant d'un peu plus près, nous pouvons observer quelque chose de plus attrayant. Une alliance n'est pas seulement un contrat, même si cet aspect est important. C'est une relation<sup>2</sup>. »

Robert M. Daines, des soixante-dix, a aussi témoigné que « Les alliances sont la manifestation de l'étreinte de Dieu<sup>3</sup>. »

Où que nous soyons, même si nous sommes seuls, les alliances que nous avons contractées nous lient aux personnes qui comptent le plus.

Parfois, cela me rend triste que d'autres personnes ne voient pas les bénédictions exquisées de l'Évangile de Jésus-Christ. Parfois, j'ai simplement envie de les secouer par les épaules et de leur rappeler le miracle de leurs alliances ! Je veux qu'elles se rendent compte de ce que le Sauveur peut leur permettre de faire et de devenir !

Mais bien que je ne puisse pas contrôler qui que ce soit, je *peux* garder mon témoignage fort. Je peux savoir quand m'éloigner de l'influence de certaines personnes et je sais aussi comment avoir une bonne influence sur elles.

Je pense que c'est ce qui m'a permis de revenir après avoir eu des difficultés avec ma foi : me souvenir de l'amour de mon Sauveur, Jésus-Christ.

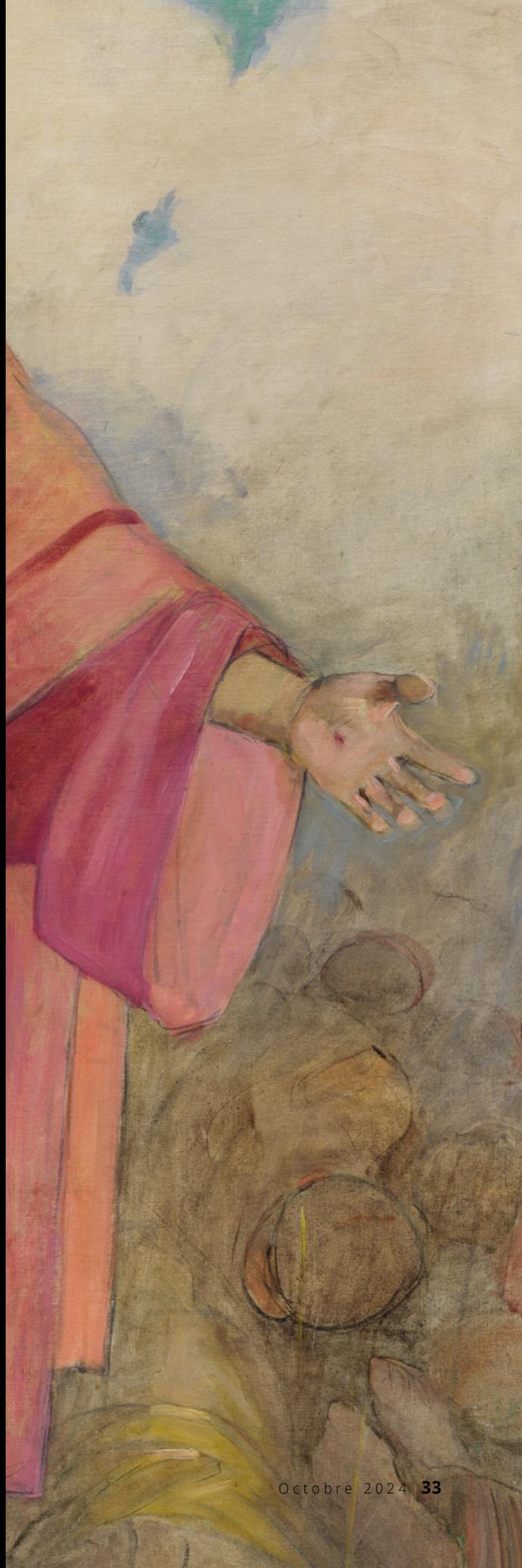
Je sais que je n'aurais pas fait de mission si je n'avais pas demandé à notre Père céleste de me guider dans un moment de grande confusion. Même si j'aurais aimé ne pas avoir à vivre ces expériences douloureuses, j'ai beaucoup appris sur le repentir, sur l'amour parfait de notre Père céleste et sur l'importance de donner la priorité aux bonnes relations (surtout celles qui nous lient à lui et à notre Sauveur) qui nous permettent de rester liés à l'Esprit.

Malgré les difficultés, reconstruire ma foi en Dieu en valait la peine. ■

*L'auteur vit en Idaho (États-Unis).*

#### NOTES

1. Russell M. Nelson, « Révélation pour l'Église, révélation pour notre vie », *Le Liahona*, mai 2018, p. 96.
2. Emily Belle Freeman, « Marcher avec le Christ dans une relation d'alliance », *Le Liahona*, novembre 2023, p. 77-78.
3. Robert M. Daines, « Seigneur, nous voudrions voir Jésus », *Le Liahona*, novembre 2023, p. 14.



J'ai quitté l'Église sans me rendre compte de ce que je ratais.



# Ne seriez-vous pas en train de passer à côté du miracle de l'Évangile ?

Par Enkhchimeg (Enku) Zorigt

**A**vez-vous déjà pris quelque chose pour acquis, ignorant à quel point cela vous était bénéfique jusqu'à ce que cette chose disparaisse ?

Cela m'est arrivé une fois, avec l'Évangile de Jésus-Christ.

Pendant mon enfance en Mongolie, ma famille et moi étions membres de l'Église. Cependant, au fil du temps, mes parents sont allés de moins en moins souvent à l'église. Peu à peu, j'ai commencé à ne plus rien ressentir non plus au sujet de l'Évangile.

Je n'avais jamais pris au sérieux ce que j'apprenais et j'ai fini par arrêter complètement d'y aller. Je ne pensais pas que l'Évangile me manquerait, parce que, de toute façon, je n'avais jamais vraiment eu l'impression d'en avoir profité.

## Voir la lumière

Quand j'étais jeune adulte, ma sœur aînée a croisé par hasard des missionnaires. Ils l'ont arrêtée pour lui demander si elle pouvait leur traduire quelque chose en mongol. Ils ont eu une brève conversation et, quand elle est rentrée chez elle, elle s'est rendu compte de qui ils étaient.

Elle voulait aller à l'église cette semaine-là et m'a invitée à y aller avec elle.

Au début, j'étais totalement contre cette idée. Je pensais que je m'en sortais bien dans la vie sans l'Église ! Mais elle m'a convaincue de l'accompagner rien qu'une fois.

Quand je suis allée à la réunion de Sainte-Cène pour la première fois depuis des années, je n'étais pas très heureuse d'être là. Cependant, en regardant autour de moi, j'ai vu des amis avec lesquels j'avais grandi. La lumière qui émanait d'eux était presque tangible. En les regardant, je me suis vaguement souvenu des petites expériences spirituelles que j'avais vécues à l'église dans mon enfance.

Tant de vérités que j'avais négligées me sont revenues à l'esprit d'un seul coup et je me suis soudain sentie vide et triste. Je me suis dit : « Je ne suis pas comme eux. Pourquoi ai-je laissé tout cela derrière moi ? »

Je me suis rendu compte que j'étais devenue une personne différente au cours des dernières années. Il y avait un sentiment d'obscurité dans ma vie que j'avais ignoré. C'est alors que j'ai entendu une voix paisible dans mon esprit qui semblait dire : « Tu peux briller aussi. Il n'est pas trop tard. »

J'ai pensé à la parabole de la brebis perdue. La brebis que le Sauveur a ramenée dans la bergerie (voir Luc 15 :4-7).

J'étais cette brebis. Et le Sauveur venait après moi avec amour parce qu'il m'aimait autant que ses autres brebis.

Il voulait que je revienne.

Cela m'a apporté beaucoup de gratitude pour mon Sauveur. Ressentant l'Esprit pour la première fois depuis des années, j'ai pris la décision de revenir à l'Église et, cette fois, de prendre les choses au sérieux.

Dieter F. Uchtdorf, du Collège des douze apôtres, a récemment témoigné : « Dès que vous aurez décidé

de revenir et de suivre la voie de notre Sauveur et Rédempteur, son pouvoir se manifestera dans votre vie et la transformera [voir Alma 34 :31]<sup>1</sup>. »

J'ai ressenti cette vérité et j'ai su que si je mettais mon cœur dans l'Évangile, ma vie allait changer.

## Ne regardez pas au-delà de Jésus-Christ

Quand j'ai commencé à vivre l'Évangile, j'ai retrouvé un sens à ma vie. J'ai enfin eu la conviction que notre Père céleste aime chacun de ses enfants et que l'Évangile de Jésus-Christ est la clé pour retourner dans notre foyer céleste.

Cela signifie tout pour moi maintenant.

Dale G. Renlund, du Collège des douze apôtres, a enseigné :

« Nous pouvons être enclins à regarder au-delà de la marque. Nous devons prendre garde à cette tendance de peur de ne pas reconnaître Jésus-Christ dans notre vie et de ne pas voir les nombreuses bénédictions qu'il nous donne. Nous avons besoin de lui. [...]

« Il est notre marque. Si nous imaginons à tort que nous avons besoin de quelque chose de plus que ce qu'il offre, nous renions ou diminuons la portée de son pouvoir dans notre vie? »

J'avais regardé au-delà de ce que Jésus-Christ m'offrait et maintenant je ne peux pas m'imaginer renoncer à la joie que je ressens grâce à lui.

Si vous avez l'impression d'être indigne, si vous êtes aux prises avec des questions sans réponse, ou si vous pensez qu'être un disciple du Christ vous demande trop, examinez de plus près les miracles que notre Sauveur nous offre. Je sais que notre Père céleste vous connaît. Il vous aidera à vous accrocher à votre foi si vous vous tournez vers lui.

N'abandonnez pas le plus grand don et miracle du Sauveur pour quelque chose de moindre valeur. Vous êtes ce qu'il y a de plus précieux à ses yeux.

J'ai personnellement vu à quel point l'Évangile de Jésus-Christ enrichit véritablement la vie des personnes qui le suivent.

Il continue d'enrichir la mienne. ■

*L'auteure vit à Oulan-Bator (Mongolie).*

### NOTES

1. Dieter F. Uchtdorf, « Le fils prodigue et le chemin qui mène à notre foyer céleste », *Le Liahona*, novembre 2023, p. 88
2. Dale G. Renlund, « Le trésor, c'est Jésus-Christ », *Le Liahona*, novembre 2023, p. 96.





## Nous sommes disciples de Jésus-Christ

### Chers parents,

Le Seigneur aime vos enfants et veut qu'ils puissent l'entendre. Les articles de ce numéro vous aideront à enseigner à vos enfants comment recevoir la révélation personnelle et la reconnaître. Vous pouvez puiser dans ces idées pour aider vos enfants à établir une relation plus étroite avec notre Père céleste et le Sauveur.

### DISCUSSIONS SUR L'ÉVANGILE

#### *Comment parvenir à l'unité ?*

L'article du président Nelson à la page 2 énonce sept principes qui nous aideront à respecter le commandement du Seigneur d'être « un » (Doctrine et Alliances 38 :27). De quels principes pourriez-vous discuter avec vos enfants ? Par exemple, comment le fait de contracter et de respecter des alliances crée-t-il de l'unité avec d'autres personnes ?

#### *Prendre son nom sur vous par le service pastoral*

L'article de frère Villar, à la page 8, enseigne comment le Sauveur a servi pendant son temps sur terre. Priez en famille pour savoir qui a besoin d'aide et comment prendre soin de cette personne. Discutez avec vos enfants de ce qu'ils ressentent après la prière. Aidez-les à reconnaître les réponses qu'ils ont reçues.

#### *Le Seigneur veut vous parler*

Appuyez-vous sur l'article « À cause de ta foi, tu as vu » (page 20) pour enseigner à vos enfants comment recevoir la révélation. L'auteur mentionne comment le Seigneur peut nous guider dans la mission de notre vie par l'intermédiaire d'une bénédiction patriarcale. Racontez comment votre bénédiction patriarcale vous a guidé.

## ACTIVITÉS EN FAMILLE SUR VIENS ET SUIS-MOI

3 Néphi 12:6 ; 21:2 ; 28:11

Jésus-Christ a enseigné que nous avons besoin de la direction du Saint-Esprit dans notre vie. Cette activité d'ombres chinoises aidera les enfants à visualiser ce principe.

1. Écrivez sur des bandes de papier différents personnages que vous pourriez former en ombres chinoises (par exemple, un oiseau, un loup, un serpent).
2. Demandez à chaque enfant de prendre un morceau de papier. Éteignez les lumières de la pièce et demandez à une personne d'éclairer un mur avec une lampe torche, symbolisant ainsi la lumière du Christ.
3. Demandez à vos enfants de placer à tour de rôle leurs mains devant la lumière de façon à ce que leur ombre forme la silhouette indiquée sur la feuille. Laissez-les essayer sans aucune aide de votre part.
4. Symbolisant la voix directrice de l'Esprit, proposez d'aider vos enfants à apprendre, étape par étape, comment placer leurs mains pour fabriquer des ombres chinoises.
5. Une fois que chaque enfant est passé, lisez une Écriture sur le Saint-Esprit, par exemple 3 Néphi 12 :6. Demandez à vos enfants s'il était plus facile de réaliser la silhouette avec ou sans votre aide. Aidez-les à faire le parallèle entre cette activité et l'inspiration du Saint-Esprit.

Discussion : Comment pouvons-nous améliorer notre capacité de reconnaître la voix de l'Esprit ?

## TIRÉ DU MAGAZINE JEUNES, SOYEZ FORTS

### Comment parvenir à l'unité et être heureux

Le président Nelson enseigne sept points clé qui ont aidé les personnages du Livre de Mormon à devenir un.

#### Mon chemin vers la pudeur

Une jeune fille raconte son cheminement spirituel pour trouver une raison de s'habiller pudiquement et la façon dont le Seigneur l'a instruite et transformée.

#### Apprendre à connaître le sexe opposé

Lisez les points de vue d'autres jeunes et des exemples de la façon dont les jeunes gens et les jeunes filles apprennent à se connaître.



## TIRÉ DU MAGAZINE L'AMI

### Cinq conseils pour participer à l'œuvre de l'histoire familiale !

Découvrez cinq façons dont vos enfants peuvent participer à l'œuvre de l'histoire familiale. Activité manuelle sur **Viens et suis-moi**

Réalisez une activité manuelle pour aider votre famille à se souvenir de la Sainte-Cène tout au long de la semaine.

#### Intégrer d'autres enfants

Trouvez des histoires et des activités pour enseigner à vos enfants comment être ouverts et gentils.

#### Pionnier moderne

Lisez l'histoire d'un garçon adopté qui a été la première personne de sa famille biologique à se faire baptiser.





L'ÉGLISE EST AUSSI  
PRÉSENTE ICI



# Preston (Royaume-Uni)

Heber C. Kimball (1801-1868) était l'un des six missionnaires appelés à prêcher l'Évangile en Angleterre en 1837. C'était la première mission de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours en dehors de l'Amérique du Nord. L'œuvre missionnaire a commencé à Preston et, en 1838, quand frère Kimball est rentré chez lui, plus de mille cinq cents personnes étaient devenues membres de l'Église. Au Royaume-Uni, l'Église compte aujourd'hui :



Plus de 186 000 membres



317 paroisses et branches



2 temples en service, 1 annoncé



## Bénédiction de *Viens et suis-moi*

Margaret Jest, de Reading (Angleterre), déclare : « J'aime beaucoup le programme *Viens et suis-moi* et je le trouve très motivant. Il m'aide à mieux connaître et comprendre les Écritures. Il me rapproche de notre Père céleste et de Jésus-Christ et m'aide à commencer la journée de manière détendue. »





## Comment pouvons-nous servir à la manière du Sauveur ?



Le Sauveur a invité ses disciples à servir les autres comme il le faisait (voir 3 Néphi 18 :30 ; 27 :21). Quand il a rendu visite aux Néphites, il les a servis un par un (voir 3 Néphi 11 ; 17). Il les a servis parce qu'il les aimait et voulait sincèrement qu'ils soient heureux, qu'ils aient de l'espoir et qu'ils soient soulagés. Il souhaite ces mêmes choses pour chacun d'entre nous.

Alors, tandis que nous essayons de devenir un meilleur serviteur et un meilleur disciple de Jésus-Christ, par où devrions-nous commencer ?

L'exemple parfait du Seigneur nous montre qu'au fond, le service pastoral est bien plus qu'une simple tâche dans l'Église. Le service pastoral signifie prendre soin d'autrui à la manière du Sauveur. Le service pastoral fait partie du respect de notre alliance du baptême (voir 2 Néphi 31 :13-14 ; Mosiah 18 :10, 13 ; Doctrine et Alliances 20 :37). Le président Nelson a déclaré avec sagesse : « L'un des moyens les plus simples de reconnaître un *vrai disciple* de Jésus-Christ est par le degré de compassion avec lequel il traite ses semblables » (« Nous avons besoin d'artisans de paix », *Le Liahona*, mai 2023, p. 98).

En nous efforçant de remplir notre cœur de compassion sincère, nous découvrirons que nous nous sommes rapprochés du Sauveur et que nous sommes plus près de lui ressembler. Comment pouvez-vous accroître votre compassion, prier pour autrui et servir à la manière du Sauveur ?

Façons dont le Sauveur a servi	Pouvez-vous imiter le Sauveur en...
« Mes entrailles sont remplies de compassion envers vous » (3 Néphi 17 :6).	... ayant de la compassion sincère envers les personnes que vous servez ?
« Amenez-les ici et je les guérirai » (3 Néphi 17:7).	... soutenant les malades et les affligés ?
« Nous l'entendîmes prier le Père pour nous » (3 Néphi 17 :17).	... priant pour autrui ?
« Vous êtes bénis à cause de votre foi. Et maintenant, voici, ma joie est pleine » (3 Néphi 17:20).	... éprouvant de la joie lorsque les personnes que vous servez acceptent votre service et y réagissent positivement ?
« Il prit leurs petits enfants, un par un, et les bénit » (3 Néphi 17:21).	... vous souciant des personnes individuellement et en les servant une par une ?

## COMMENT LE SAUVEUR A-T-IL SERVI ?

« [Le Sauveur] a souri, parlé, accompagné, écouté, accordé du temps, encouragé, instruit, nourri et pardonné. Il a servi sa famille et ses amis, ses voisins comme des inconnus, et il a invité ses connaissances et ses êtres chers à profiter des grandes bénédictions de l'Évangile. Ces actes 'simples' de service et d'amour constituent un modèle pour nous aujourd'hui. »

**Jean B. Bingham, ancienne présidente générale de la Société de Secours, « Servir à la manière du Sauveur », *Le Liahona*, mai 2018, p. 104.**



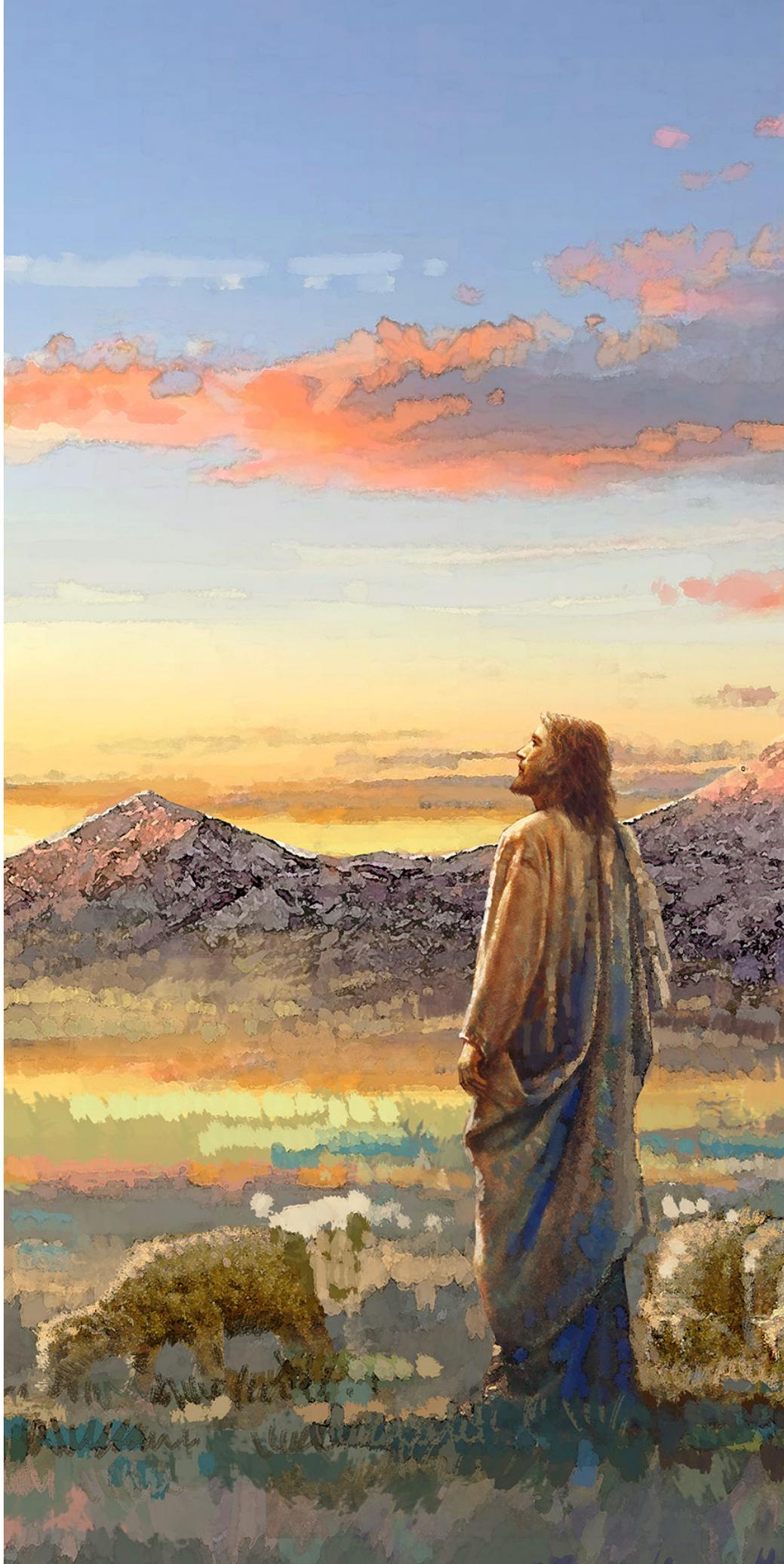
## Nous sommes les enfants de l'alliance

**D**ans 3 Néphi 20-21, nous lisons les alliances que Dieu a contractées avec ses enfants. Jésus-Christ a enseigné à ses disciples en Amérique :

« Et vous êtes de l'alliance que le Père a faite avec vos pères, disant à Abraham : Toutes les nations de la terre seront bénies en ta postérité. [...] »

« Vous êtes les enfants de l'alliance » (3 Néphi 20 :25-26).

Russell M. Nelson a souligné à maintes reprises l'importance de se souvenir de cette grande vérité<sup>1</sup>.



## Que signifie être « les enfants de l'alliance » ?

Les enfants de l'alliance contractent les mêmes alliances, ou promesses sacrées, avec notre Père céleste et Jésus-Christ que celles qu'ils ont faites avec Abraham (voir Abraham 2 :8-11).

En 1843, le Seigneur a dit à Joseph Smith :

« Abraham reçut des promesses concernant sa postérité, le fruit de ses reins — desquels reins tu es [...] ; et en ce qui concerne Abraham et sa postérité, [...] ils devaient continuer dans le monde et hors du monde aussi innombrables que les étoiles. [...]

« Cette promesse est également pour toi, parce que tu es d'Abraham » (Doctrine et Alliances 132:30-31).

Les bénédictions promises s'appliquent aussi à nous. Le président Nelson a enseigné que les promesses comprennent « le droit de recevoir la plénitude de l'Évangile ainsi que les bénédictions de la prêtrise et de nous qualifier pour la plus grande bénédiction de Dieu : la vie éternelle<sup>2</sup>. »

## Et si je ne suis pas descendant d'Abraham ?

Lorsque nous sommes baptisés et confirmés membres de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, nous entrons dans la famille d'Abraham. Nous sommes alors « considérés comme étant des fils et filles de Jésus-Christ, étant ses enfants par l'obéissance à l'Évangile<sup>3</sup>. »

## Quelle est l'alliance que notre Père céleste fait avec ses enfants ?

Notre Père céleste fait alliance que, grâce à la rédemption et à la résurrection de Jésus-Christ, nous pourrions retourner vivre avec lui et devenir comme lui. C'est l'objectif du plan du salut. Le président Nelson a enseigné : « Le plan de notre Père céleste pour ses enfants nous permet de vivre là où il vit et comme il vit et, finalement, de devenir de plus en plus semblables à lui. Son plan nous permet littéralement de recevoir les plus grandes bénédictions de toute l'éternité, notamment la possibilité de devenir 'cohéritiers [du] Christ' [Romains 8:17]<sup>4</sup>. »

## Pourquoi contractons-nous des alliances avec notre Père céleste ?

Nous retournons auprès de notre Père céleste en contractant des alliances avec lui et en les respectant. C'est ce que les prophètes appellent marcher sur le chemin des alliances. D. Todd Christofferson, du Collège des douze apôtres, a expliqué : « Nous nous engageons sur ce chemin quand nous franchissons la porte du baptême. [...] « En avançant sur le chemin des alliances, [...] nous recevons toutes les ordonnances et toutes les alliances qui ont trait au salut et à l'exaltation<sup>5</sup>. »

## Qu'est-ce que la nouvelle alliance éternelle ?

L'autre nom que l'on donne à l'alliance abrahamique est la nouvelle alliance éternelle. Elle est nouvelle en ce sens qu'elle a été rétablie par l'intermédiaire



de Joseph Smith en tant que plénitude de l'Évangile de Jésus-Christ<sup>6</sup>. Elle est éternelle parce que c'est la même alliance que Dieu a faite avec ses enfants chaque fois que les gens ont été disposés à la recevoir<sup>7</sup>.

Chaque alliance que nous contractons fait partie de la nouvelle alliance éternelle, notamment le baptême, la réception de la Prêtrise de Melchisédek pour les hommes, la dotation et le scellement au temple (mariage éternel). ■

### NOTES

1. Voir Russell M. Nelson, « Des décisions pour l'éternité » (réunion spirituelle mondiale pour les jeunes adultes, 15 mai 2022), Médiathèque de l'Évangile ; « Les alliances », *Le Liahona*, novembre 2011, p. 86-89 ; « Enfants de l'alliance », *L'Étoile*, juillet 1995, p. 37-42.
2. Russell M. Nelson, « Les alliances », p. 88.
3. Bible Dictionary, « Adoption ».
4. Russell M. Nelson, « Des décisions pour l'éternité ».
5. D. Todd Christofferson, « Pourquoi marcher sur le chemin des alliances ? », *Le Liahona*, mai 2021, p. 116.
6. Voir Doctrine et Alliances 66:2 ; D. Todd Christofferson, « Le pouvoir des alliances », *Le Liahona*, mai 2009, p. 20.
7. Voir le Guide des Écritures, « Nouvelle alliance éternelle », Médiathèque de l'Évangile.



# JE VOULAIS RETOURNER AUPRÈS DE DIEU, MAIS LE POUVAIS-JE ?

---

Anonyme

**P**ar une nuit enneigée de janvier, j'étais assis dans ma chambre d'hôtel, profondément découragé. Je venais de finir de purger plus de trente-quatre ans de prison pour des crimes et des préjudices corporels graves, et j'envisageais de faire quelque chose qui m'aurait renvoyé directement à l'endroit que je venais de quitter. Depuis ma libération, mes projets étaient tombés à l'eau, et comme j'avais peu de ressources et que mes prières semblaient rester sans réponse, j'avais l'impression que mes options étaient limitées.

Un bruit à l'extérieur a attiré mon attention. En regardant par la fenêtre, j'ai aperçu le propriétaire du motel qui pelletait seul la neige sur le parking. « Oh, il ne devrait pas faire ça tout seul », ai-je pensé, alors je l'ai rejoint. Je n'ai pas beaucoup réfléchi à mon acte de service ce soir-là. Mais à ma grande surprise, le lendemain, le propriétaire avait réduit le prix de ma chambre. Et bien que je sois resté là-bas pendant les cinq semaines suivantes, il ne m'a jamais demandé de payer le prix total.

Sa générosité était plus grande que la bénédiction financière dont j'avais grand besoin. Sa gentillesse a aussi été une réponse à ma prière à un moment où je perdais espoir. Grâce à lui, j'ai compris que Dieu me connaissait et que je devais faire quelques pas pour retourner auprès de lui.

Même si je croyais en Jésus-Christ,  
j'étais convaincu qu'il m'était  
impossible d'être pardonné  
de ce que j'avais fait.



## Un moyen de revenir

Des décennies avant cette nuit de janvier, je ne voulais rien avoir à faire avec Dieu. Lorsque, jeune homme de vingt-deux ans en colère, amer et confus, je me suis retrouvé dans un pénitencier d'État, j'ai fait tout ce que j'ai pu pour que mes codétenus me craignent et me respectent. Je croyais aussi que personne ne pouvait ou ne devait m'aimer, pas même Dieu, parce que j'étais convaincu que j'avais atteint un point de non-retour et qu'il n'y avait aucun espoir de rédemption.

Je sais maintenant que j'avais tort : nous pouvons toujours nous repentir et retourner à Dieu. Dieter F. Uchtdorf, du Collège des douze apôtres, a enseigné :

« Satan veut que nous pensions que lorsque nous avons péché nous avons dépassé 'le point de non-retour', qu'il est trop tard pour changer de cap. [...] »

« Le Christ est venu pour nous sauver. Si nous avons pris une mauvaise direction, le sacrifice expiatoire de Jésus-Christ peut nous donner l'assurance que le péché n'est *pas* un point de non-retour. Un retour sûr est possible si nous suivons le plan de Dieu pour notre salut<sup>1</sup>. »

Mon retour à Dieu a commencé après plus de dix ans en prison. Un ami qui me rendait visite au pénitencier depuis des années m'a donné le Livre de Mormon et m'a invité à le lire. Bien que j'aie promis de le faire, j'ai sans cesse remis cette tâche à plus tard. Un week-end, mon ami est venu me voir et m'a demandé si j'avais au moins pris le livre dans les mains. Bien sûr que je l'avais fait ! Je le ramassais chaque fois que je nettoyait ma cellule. Mais je ne l'avais pas lu, et ce n'est qu'après une conversation sérieuse avec mon ami, qui m'a fait comprendre combien il était important que je tienne ma promesse, que j'ai finalement commencé à le lire.

J'ai trouvé beaucoup d'histoires intéressantes dans le Livre de Mormon, mais je me suis dit que ce n'était que ça, des histoires. Puis je suis arrivé à Moroni 10:4. Je dois admettre que je ne voulais pas « demander d'un cœur sincère, avec une intention réelle, ayant foi au Christ » si le livre était vrai ; je ne voulais pas penser aux conséquences qui découleraient pour quelqu'un comme moi si c'était le cas. De plus, si c'était la parole de Dieu, alors l'expiation de Jésus-Christ était réelle, et je penser que mes actions avaient ajouté à sa souffrance me répugnait.

Malgré tout, j'ai prié. Je n'ai pas eu de vision et je n'ai pas entendu de voix me dire que le livre était vrai. Mais alors que je regardais par la fenêtre par une claire journée d'été, un énorme nuage d'orage a traversé le ciel. Il n'y a pas eu de pluie, juste un vent puissant, et le nuage est reparti aussi vite qu'il était arrivé. Et j'ai su. Tout comme Moroni l'avait promis, l'Esprit a témoigné à mon cœur que le Livre de Mormon était vrai et que je devais changer.

J'ai commencé à étudier les Écritures plus sérieusement et j'ai été autorisé à commencer un groupe d'étude du Livre de Mormon avec mes codétenus. Des missionnaires ainsi que d'autres personnes sont également venus me voir en prison. Pendant les quinze années qui ont suivi, j'ai écouté les leçons des missionnaires et, pendant le reste de mon séjour en prison, j'ai essayé de vivre différemment. Ce n'était pas facile dans cet environnement. Mais cela a été possible grâce à notre Sauveur, qui m'a soutenu et guidé tout au long de cette expérience et vers le prochain chapitre de ma vie (voir Mosiah 24:15).

## Trouver le pardon

Je n'oublierai jamais le jour où j'ai rencontré mon évêque après cette nuit solitaire de janvier dans ma chambre d'hôtel. Mon ami qui m'avait donné le Livre de Mormon m'avait aidé à entrer en contact avec lui. Quand j'ai rencontré l'évêque dans son bureau avant le début des réunions, je lui ai parlé de mon passé et j'étais prêt à ce qu'il dise qu'ils n'avaient pas besoin de quelqu'un comme moi dans sa paroisse.

Au lieu de cela, il m'a invité à assister à la réunion de Sainte-Cène.

C'est ce que j'ai fait. J'étais convaincu que j'avais le mot *criminel* tatoué sur le front et que lorsque j'entrerais, tout le monde m'éviterait. Mais cela ne s'est pas produit. Au lieu de cela, j'ai trouvé les personnes les plus accueillantes que j'aie jamais rencontrées. Le dimanche suivant, je suis revenu. Peu après avoir commencé à aller à l'église, un conseiller dans l'épiscopat m'a demandé si je voulais parler du pardon à la réunion de Sainte-Cène.

« Moi ? Parler du pardon ? » ai-je demandé. Mais quand il a affirmé que ce n'était pas une plaisanterie, j'ai accepté la tâche. Quand j'ai parlé à l'assemblée, j'étais sûr qu'ils ne



me verraient que comme un ancien détenu. Mais plus je parlais, plus je prenais confiance en moi et, par la suite, je n'ai reçu que de l'amour de la part de ces membres qui m'ont accueilli en me serrant dans leurs bras ou en me serrant la main. Ce jour-là, j'ai vraiment ressenti ce que c'était que d'« aimer son prochain comme soi-même » (voir Matthieu 22:39).

Plus important encore, j'ai finalement compris que lorsque le Sauveur a souffert dans le jardin de Gethsémané et a saigné à chaque pore (voir Mosiah 3:7 ; Doctrine et Alliances 19:18-19), il saignait aussi pour moi. Cela a été un tournant : même si j'avais accepté la véracité du Livre de Mormon et invité Jésus-Christ dans ma vie, j'étais convaincu que je n'allais pas être invité aux cieux. Je ne pouvais pas être pardonné. Son expiation était pour tout le monde, mais pas pour moi, à cause de ce que j'avais fait.

Mais à ce moment-là, j'ai compris que je pouvais être pardonné. Cette connaissance m'a aidé à aller de l'avant. Après d'autres rencontres avec les missionnaires, je me suis fait baptiser en mars 2012 : mon premier pas sur le chemin des alliances. Bien qu'auparavant je n'aurais pas cru cela possible, j'ai pu épouser une femme merveilleuse de ma paroisse. Nous avons été scellés dans le temple de Salt Lake City en avril 2013.

Ma femme et moi avons appris à placer notre foi en Jésus-Christ. Nous nous appuyons sur son expiation, croyant que « parce que Jésus a parcouru complètement seul un si long chemin, nous n'avons pas à le faire<sup>2</sup>. » En tant qu'êtres humains, nous sommes imparfaits. Parfois, nous trébuchons, et nous tomberons même. Mais peu importe à quel point nous pensons être indignes ou irrécupérables, le Christ ne nous abandonne pas ; il est toujours disposé et prêt à nous aider à rentrer sains et saufs à la maison. ■

#### NOTES

1. Dieter F. Uchtdorf, « Le point de non-retour », *Le Liahona*, mai 2007, p. 99.
2. Jeffrey R. Holland, « Nul n'était avec lui », *Le Liahona*, mai 2009, p. 88.

## TOUJOURS À LA PORTÉE DE L'AMOUR DIVIN

« Mais [...] quel que soit le nombre de fautes que vous pensez avoir commises ou les talents que vous croyez ne pas avoir ou la distance que vous croyez avoir mise entre vous et votre foyer, votre famille et Dieu, je témoigne que vous *n'êtes pas* hors de la portée de son amour. Il ne vous est pas possible de tomber plus bas que là où brille la lumière infinie de l'expiation du Christ. »

Jeffrey R. Holland, président suppléant du Collège des douze apôtres, « Les ouvriers dans la vigne », *Le Liahona*, mai 2012, p. 33.

**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

**Rédacteurs stagiaires :** London Brimhall, Olivia E. Grayson, Isabelle Justice

**Directeur artistique :** Michael Dunford

**Concepteurs graphiques :** Ira Glen Adair, Fay P. Andrus,

Julie Burdett, David Green, Bryan W. Gygi, Colleen Hinckley,

Stephen Neilsen

**Stagiaire de la conception :** Marlee Palmer

**Directeur des opérations de la production :** Ammon Harris

**Production :** Baylie Escamilla, Evany Pace, Marrissa M. Smith,

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.

*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, kiribati, 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 concernant les droits d'auteur :** 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](mailto:cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org).

**Pour les lecteurs aux États-Unis et au Canada :**

Octobre 2024, vol. 25, n° 10. LE LIAHONA (USPS 311-480) Anglais (ISSN 1080-9554) est publié mensuellement par l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, États-Unis. 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. **Assistance pour les abonnements : 1-800-537-5971.** (Informations postales pour le Canada : Publication Agreement #40017431)

RECEVEUR DES POSTES : envois 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.



## AUTRE CONTENU DISPONIBLE DANS LA MÉDIATHÈQUE DE L'ÉVANGILE EN PLUSIEURS LANGUES

### ARTICLES DU *LIAHONA* PUBLIÉS EN VERSION NUMÉRIQUE UNIQUEMENT

Chaque mois, vous trouverez des articles supplémentaires du magazine *Le Liahona* sur [liahona.ChurchofJesusChrist.org](https://liahona.ChurchofJesusChrist.org) et dans l'application « Médiathèque de l'Évangile ». Les sujets varient et comprennent des récits de membres de l'Église et des idées pour les parents, les jeunes adultes, l'étude de *Viens et suis-moi*, la gestion des 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 ».

### NOTIFICATIONS DE L'APPLICATION « MÉDIATHÈQUE DE L'ÉVANGILE »

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

### PRENEZ CONTACT AVEC NOUS

Suivez le lien sur [liahona.ChurchofJesusChrist.org](https://liahona.ChurchofJesusChrist.org) pour poser des questions, faire des commentaires et raconter vos expériences.

Vous pouvez nous joindre par courrier électronique à [liahona@ChurchofJesusChrist.org](mailto: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

Magazine officiel de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours  
Octobre 2024, vol. 25 n° 10 | Liahona 19359

## Jésus-Christ administre la Sainte-Cène aux Néphites

« Et lorsque les disciples furent venus avec du pain et du vin, [Jésus] prit le pain, et le rompit, et le bénit ; et il en donna aux disciples et leur commanda de manger.

« Et lorsqu'ils eurent mangé et furent rassasiés, il leur commanda d'en donner à la multitude. [...]

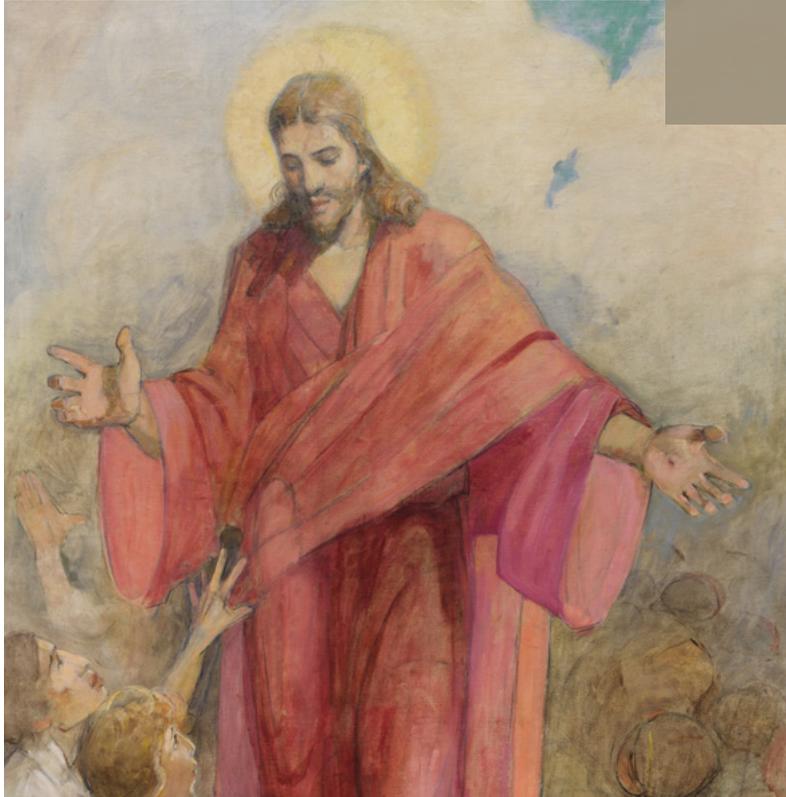
« Et il arriva [qu'il] commanda à ses disciples de prendre du vin de la coupe et d'en boire, et d'en donner aussi à la multitude, afin qu'elle en bût. »

*3 Néphi 18:3-4, 8.*



*Comment mes alliances me  
permettent de rester liée  
à ce qui compte le plus ?*

p. 30



SÉVICES ÉMOTIONNELS

**DOCUMENTATION  
ET SOUTIEN**

p. 14

VIENS ET SUIS-MOI

**SERVICE PASTORAL  
ET ALLIANCES**

p. 40

34 ANS DE PRISON

**POUVAIS-JE ÊTRE  
PARDONNÉ ?**

p. 44

