

The Good News Recipe

By Elder John D. Amos
Of the Seventy

Przepis na dobrą nowinę

Starszy John D. Amos
Siedemdziesiąty

October 2025 general conference

What might it look like to add more Jesus Christ into your life?

If you have ever visited my home state of Louisiana, you are probably familiar with many of our tasty dishes—gumbo, jambalaya, étouffée, and the list goes on and on.

From time to time, I find myself feeling bold enough to cook one of those tasty recipes. The undocumented final step after mixing all the ingredients and following the detailed instructions is to do the final taste test and see if anything is missing. At that point, I can hear the Creole cooking legends whispering in my ears, “Put more Tony’s in it.” Tony’s is a Creole seasoning made in Opelousas, Louisiana, my hometown. It is often used as the “secret ingredient” to compensate for the imperfections made while following the recipe.

My wife, Michelle, and I had the honor to serve as mission leaders in Louisiana. We had a tradition of teaching the missionaries how to cook her special jambalaya recipe on their last night in the mission home before they returned to their families. In addition to their testimonies of the restored gospel of Jesus Christ, our missionaries left the mission with an appreciation for recipes.

A few months ago, I was browsing through the Church Media Library and saw a link to a collection of short videos called Restoration Conversations with President Russell M. Nelson. The title of one of the short videos in the list caught my attention and made me smile. It is called “Scriptures Are God’s Recipes for Happy Living.”

Jak można „dodać” więcej Jezusa Chrystusa do waszego życia?

Jeśli odwiedziliście kiedyś mój rodzinny stan, Luizjanę, prawdopodobnie znacie wiele z naszych smacznych potraw — gumbo, jambalaya, étouffée, a lista jest długa.

Od czasu do czasu wydaje mi się, że mam dość odwagi, aby przygotować jedną z tych smacznych potraw. Nieoficjalnym ostatnim krokiem po wymieszaniu wszystkich składników i postępowaniu zgodnie ze szczegółowymi instrukcjami jest spróbowanie dania i sprawdzenie, czy czegoś nie brakuje. W tym momencie niemal słyszę kreolskie legendy kulinarne i słowa: „Dodaj do tego więcej Tony’s”. Tony’s to kreolska przyprawa produkowana w Opelousas w Luizjanie, moim rodzinnym mieście. Często używa jej się jako „sekretnego składnika”, aby zrekompenzować błędy popełnione w trakcie przygotowania potrawy.

Wraz z moją żoną Michelle mieliśmy zaszczyt służyć jako przywódcy misji w Luizjanie. Mieliśmy tradycję uczenia misjonarzy przepisu na specjalną jambalayę mojej żony podczas ich ostatniego wieczoru w domu misyjnym przed powrotem do domu. Opuszczali misję ze świadectwem o przywróconej ewangelii Jezusa Chrystusa i uczuciem wdzięczności za przepisy kulinarne.

Kilka miesięcy temu przeglądałem Bibliotekę multimedialną Kościoła i zobaczyłem odnośnik do kolekcji krótkich filmów zatytułowanych Rozmowy o przywróceniu z Prezydentem Russellem M. Nelsonem. Tytuł jednego z tych krótkich filmików przykuł moją uwagę i wywołał uśmiech. Brzmi: „Pisma święte to Boże przepisy na szczę-

I immediately clicked on that two-minute video and watched President Nelson teach a group of Primary kids a simple and powerful message about how to be happy. He taught: “If you’re making a cake, you follow the directions, don’t you? And you’ll get a good result every time, won’t you?”

He continued, speaking about turning 95 years old soon: “People say, ‘What do you eat? What’s your secret?’” He replied, “The secret’s called the scriptures. You might read them and try them.”

Well, there we have it. The simple secret for happy living is to just follow God’s recipe as detailed in the scriptures. I call it the “Good News Recipe.”

What do you do if something goes wrong when following the recipe? Well, embedded in the Good News Recipe is the “secret ingredient” to ensure you always get it right in the end. The answer is always Jesus Christ.

I think we all have moments when we feel our ingredients are not good enough, or we struggle to follow the directions, or perhaps we do something out of order, or something happens that is out of our control, and so on.

What’s the remedy? It’s simply to add more of what invites Jesus Christ into your life.

So, what might it look like to add more Jesus Christ into your life?

While serving as mission president, I had the pleasure of meeting personally with each of our young missionaries every six weeks. During the one-on-one meeting, it was common for missionaries to seek guidance on how to improve the effectiveness of their companionships.

On one occasion, a missionary came into his personal interview and sat down. I could tell from his body language that something was weighing heavily on his mind. I asked, “Elder, what would you like to discuss today?” He went on to describe some of the challenges he was having with his companion and how it was affecting their ability to do missionary work. With tears in his eyes, he looked at me and asked, “President, what should I do?”

In that instance, I honestly didn’t know how to respond. After a brief moment, I asked him if it was OK for us to kneel together in prayer for guidance from the Spirit. He agreed, and we knelt together and prayed for inspiration.

śliwe życie”. Natychmiast kliknąłem ten dwuminitowy film i zobaczyłem, jak Prezydent Nelson uczy grupę dzieci z Organizacji Podstawowej w prosty i pełen mocy sposób o tym, jak być szczęśliwym. Mówił: „Jeśli robicie ciasto, postępujecie zgodnie ze wskazówkami, prawda? I za każdym razem się udaje, czy tak?”

Ciągnął dalej, mówiąc o tym, że wkrótce skończy 95 lat: „Ludzie pytają mnie: ‘Co ty takiego jesz? Jaki jest twój sekret?’”. I odpowiedział: „Mój sekret to pisma święte. Może powinniście je zacząć czytać i wypróbować”.

Cóż, taka jest prawda. Prosty sekret szczęśliwego życia tkwi w przestrzeganiu Bożego przepisu opisanego szczegółowo w pismach świętych. Nazywam to „Przepisem na dobrą nowinę”.

Co robicie, jeśli coś pójdzie nie tak w trakcie gotowania zgodnie z przepisem? W przepisie na dobrą nowinę kryje się „sekretny składnik”, który sprawia, że zawsze w końcu się uda. Odpowiedzią zawsze jest Jezus Chrystus.

Myślę, że wszyscy mamy chwile, kiedy czujemy, że nasze składniki nie są wystarczająco dobre, albo trudno nam się trzymać przepisu, albo robimy coś nie po kolei, albo dzieje się coś, na co nie mamy wpływu itp.

Jaki jest na to sposób? Trzeba po prostu dodać więcej tego, co zaprasza Jezusa Chrystusa do waszego życia.

Jak więc można „dodać” więcej Jezusa Chrystusa do waszego życia?

Kiedy służyłem jako prezydent misji, co sześć tygodni miałem przyjemność osobiście spotykać się z każdym z naszych młodych misjonarzy. Podczas spotkań sam na sam misjonarze często szukali rady w kwestii tego, jak ulepszyć efektywność pracy ze swoim towarzyszem.

Pewnego razu na wywiad przyszedł misjonarz i usiadł. Z jego mowy ciała wynioskowałem, że coś go gnębi. Zapytałem: „Starszy, o czym chciałbyś porozmawiać?”. Wtedy on opisał niektóre z wyzwań, jakim stawiał czoła z powodu swego towarzysza i jak wpływało to na ich zdolność do pracy misjonarskiej. Ze łzami w oczach spojrzał na mnie i zapytał: „Prezydencie, co powinienem zrobić?”

Szczerze mówiąc, nie wiedziałem wtedy, co mu powiedzieć. Po krótkiej chwili zapytałem go, czy możemy razem uklęknąć w modlitwie, prosząc o przewodnictwo Ducha. Zgodził się, uklękliśmy i pomodliliśmy się o natchnienie.

After the prayer, we continued kneeling for a short time and then sat in our chairs facing each other. I asked if we could read a scripture together. As we opened our scriptures, I paused and told him, "Elder, as we read this scripture, please ask yourself the following question: If I live these attributes, will it improve my companionship and our missionary work?"

Then we opened Moroni 7:45 and read out loud: "And charity suffereth long, and is kind, and envieth not, and is not puffed up, seeketh not her own, is not easily provoked, thinketh no evil, and rejoiceth not in iniquity but rejoiceth in the truth, beareth all things, believeth all things, hopeth all things, endureth all things."

The elder then looked at me with tears in his eyes and said, "Yes, President, but that is hard to do." I agreed and reminded him that he is a son of God with divine potential to do it together with the Lord.

Then we briefly discussed the parable of the slope taught by Elder Clark G. Gilbert of the Seventy, which reminded us that we need to start where we are and, together with the Lord, move forward and upward in a positive direction. I could tell that he was still feeling a bit overwhelmed with the next steps, so I asked him to describe his understanding of the scripture "by small and simple things are great things brought to pass." He went on to describe the concept that by doing small and simple things, great things can happen. I asked him to take a minute and identify two small and simple things he could do to be kind to his companion.

After a few moments, he shared his thoughts. Then I asked him to take a minute and identify two small and simple things he could do to be patient with his companion. He almost immediately shared his two thoughts. It was clear that he had already been pondering this before our meeting. I invited him to take those few items to God in prayer and to ask for confirmation, direction, and inspiration on how to execute his plan with real intent. He agreed. As we concluded, I asked him to provide a brief update in his weekly letter.

As the next few weeks went by, I could see

Po modlitwie pozostaliśmy jeszcze przez chwilę na kolanach, a potem usiedliśmy na krzesłach zwróceniu do siebie. Zapytałem, czy możemy razem przeczytać fragment z pisma świętego. Kiedy otworzyliśmy pisma święte, zatrzymałem się i powiedziałem: „Starszy, kiedy będziemy czytać ten fragment, proszę, zadaj sobie pytanie: Czy jeśli będę żył zgodnie z tymi atrybutami, czy ulepszę to relację z moim towarzyszem i naszą pracę misjonarską?”

Otworzyliśmy Ks. Moroniego 7:45 i przeczytaliśmy na głos: „Prawdziwa miłość jest cierpliwa i jest dobrotliwa, i nie zazdrości, i nie nadyma się, nie szuka swego, nie daje się łatwo sprowokować, nie myśli nic złego, i nie raduje się z niegodziwości, ale raduje się z prawdy, wszystko znosi, wszystkiemu wierzy, we wszystkim ma nadzieję, wytrwa we wszystkim”.

Wtedy spojrzał na mnie ze łzami w oczach i powiedział: „Tak, Prezydencie, ale to jest trudne”. Zgodziłem się i przypomniałem mu, że jest synem Boga i ma boski potencjał, aby to uczynić to razem z Panem.

Potem krótko omówiliśmy przypowieść o nachyleniu z przemówienia Starszego Clarka G. Gilberta, Siedemdziesiątego, która przypomniała nam, że musimy zacząć od miejsca, gdzie jesteśmy i razem z Panem iść naprzód i w górę w dobrym kierunku. Widziałem, że misjonarz nadal czuł się nieco przytłoczony wizją następnych kroków, więc poprosiłem go, aby opisał swoje rozumienie fragmentu z pisma świętego, który brzmi: „W wyniku małych i prostych spraw powstają wielkie dzieła”. Opisał tę koncepcję, mówiąc, że kiedy robimy małe i proste rzeczy, może wydarzyć się coś wielkiego. Poprosiłem go, aby poświęcił chwilę na wskazanie dwóch małych i prostych sposobów na okazanie życzliwości swemu towarzyszowi.

Po kilku chwilach podzielił się swoimi przemyśleniami. Wtedy poprosiłem, aby przez minutę wskazał dwie małe i proste rzeczy, które może zrobić, aby okazać cierpliwość swojemu towarzyszowi. Niemal natychmiast przyszedł mi do głowy dwa pomysły. Było jasne, że rozważał to już przed naszym spotkaniem. Poprosiłem, aby w modlitwie zaniósł te rzeczy do Boga i poprosił o potwierdzenie, wskazówki i natchnienie, jak wprowadzić ten plan w życie ze szczerą intencją. Zgodził się. Na zakończenie poprosiłem, aby w cotygodniowym liście opisywał swoje postępy.

W ciągu następnych kilku tygodni widzia-

in his weekly letters that things were improving. Not only could I see that improvement in his weekly letters, but I could also see it in the weekly letters of his companion. During our next in-person interview, I saw a night-and-day difference in his countenance and spirit. I asked him, “So, Elder, is it true that ‘charity never faileth?’” He responded with a big smile, “Yes, and by small and simple things are great things brought to pass.”

As you follow the Good News Recipe for happy living, remember President Nelson’s teaching: “Whatever questions or problems you have, the answer is always found in the life and teachings of Jesus Christ. Learn more about His Atonement, His love, His mercy, His doctrine, and His restored gospel of healing and progression. Turn to Him! Follow Him!”

When you need to “hear Him” and know how to invite Jesus Christ into your life, consider following the steps President Nelson taught us about personal revelation:

“Find a quiet place where you can regularly go. Humble yourself before God. Pour out your heart to your Heavenly Father. Turn to Him for answers and for comfort.

“Pray in the name of Jesus Christ about your concerns, your fears, your weaknesses—yes, the very longings of your heart. And then listen! Write the thoughts that come to your mind. Record your feelings and follow through with actions that you are prompted to take. As you repeat this process day after day, month after month, year after year, you will ‘grow into the principle of revelation.’”

I testify that Jesus Christ is our Savior and Redeemer. He has “accomplished everything we need to be able to return to [our] Heavenly Father.” In the name of Jesus Christ, amen.

łem w jego cotygodniowych listach, że sytuacja się poprawia. Tę poprawę zauważyłem nie tylko w jego cotygodniowych listach, ale także w cotygodniowych listach jego towarzysza. Podczas naszego następnego wywiadu dostrzegłem niesamowitą różnicę na jego twarzy i w duchu. Zapytałem: „Starszy, czy to prawda, że prawdziwa miłość nigdy nie zawodzi?”. Odpowiedział z wielkim uśmiechem: „Tak, i w wyniku małych i prostych spraw powstają wielkie dzieła”.

Postępując zgodnie z przepisem na dobrą nowinę i szczęśliwe życie, pamiętajcie o naukach Prezydenta Nelsona: „Niezależnie od tego, jakie macie pytania lub problemy, odpowiedzią zawsze są życie i nauki Jezusa Chrystusa. Poznawajcie Jego Zadośćuczynienie, Jego miłość, Jego miłosierdzie, Jego doktrynę i Jego przywróconą ewangelię uzdrowienia i rozwoju. Zwróćcie się do Niego! Podążajcie za Nim!”

Kiedy potrzebujecie „[słuchać] Go” i dowiedzieć się, jak zaprosić Jego — Jezusa Chrystusa — do swojego życia, rozważcie podjęcie kroków prowadzących do osobistego objawienia, o których mówił Prezydent Nelson:

„Znajdźcie ciche miejsce, do którego możecie się regularnie udawać. Ukorzcie się przed Bogiem. Otwórzcie swe serce przed waszym Ojcem Niebieskim. U Niego szukajcie odpowiedzi i pocieszenia.

Módlcie się w imię Jezusa Chrystusa w sprawie waszych obaw, lęków, słabości — w sprawie najskrytszych pragnień waszego serca. A potem nadstawcie uszu! Zapiszcie myśli, które spłyną do waszego umysłu. Zapiszcie swoje uczucia i wprowadźcie je w czyn zgodnie z danym wam natchnieniem. Kiedy będziecie powtarzać ten proces dzień po dniu, miesiąc po miesiącu, rok po roku, ‘zasada objawienia utwierdzi się w was’”.

Świadczę, że Jezus Chrystus jest naszym Zbawicielem i Odkupicielem. On „dokonał wszystkiego, czego potrzebujemy, abyśmy mogli powrócić do naszego Ojca w Niebie”. W imię Jezusa Chrystusa, amen.