

# The Good News Recipe

By Elder John D. Amos  
*Of the Seventy*

## A receita de boas novas

Élder John D. Amos  
*Dos setenta*

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.” I immediately clicked on that two-minute video

*Como seria acrescentar mais de Jesus Cristo em sua vida?*

Se vocês já visitaram meu estado natal, Louisiana, provavelmente conhecem muitos dos nossos pratos saborosos: gumbo, jambalaya, étouffée, e a lista continua.

De vez em quando, sinto-me corajoso o suficiente para cozinar uma dessas saborosas receitas. O passo final não documentado depois de misturar todos os ingredientes e seguir as instruções detalhadas é fazer o teste de sabor final para ver se há algo faltando. Nesse ponto, eu consigo até ouvir as lendas da culinária crioula sussurrando em meus ouvidos: “Coloque um pouco mais de Tony’s”. Tony’s é um tempero crioulo feito em Opelousas, Louisiana, minha cidade natal. É frequentemente usado como o “ingrediente secreto” para compensar as imperfeições cometidas ao preparar a receita.

Minha esposa, Michelle, e eu tivemos a honra de servir como líderes de missão em Louisiana. Tínhamos a tradição de ensinar os missionários a cozinar a receita especial dela de jambalaya na última noite deles na casa da missão antes que retornassem para casa. Além de seu testemunho do evangelho restaurado de Jesus Cristo, nossos missionários deixavam a missão com uma apreciação por receitas.

Há alguns meses, eu estava navegando pela Biblioteca de Mídia da Igreja e vi um link para a coleção de vídeos curtos chamada “Restoration Conversations with President Russell M. Nelson” [Conversas sobre a Restauração com o presidente Russell M. Nelson]. O título de um dos vídeos curtos da lista chamou minha atenção e me fez sorrir. É chamado de “Scriptures Are God’s Reci-

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?”

pes for Happy Living” [As escrituras são receitas de Deus para uma vida feliz]. Cliquei imediatamente naquele vídeo de dois minutos e vi o presidente Nelson ensinar a um grupo de crianças da Primária uma mensagem simples e poderosa sobre como ser feliz. Ele ensinou: “Se você está fazendo um bolo, você segue as instruções, não é? E você sempre obterá um bom resultado, não é mesmo?”

Ele continuou, falando sobre os 95 anos que logo completaria: “As pessoas me perguntam: ‘O que você come? Qual é seu segredo?’” Ele respondeu: “O segredo se chama escrituras. Você pode lê-las e experimentá-las”.

Pois bem, aí está. O segredo simples para uma vida feliz é simplesmente seguir a receita de Deus conforme detalhado nas escrituras. Eu chamo isso de “Receita de boas novas”.

O que você faz se algo der errado ao seguir a receita? Bem, incluído na Receita de boas novas está o “ingrediente secreto” para garantir que você sempre acerte no final. A resposta é sempre Jesus Cristo.

Acho que todos nós temos momentos em que sentimos que nossos ingredientes não são bons o suficiente, ou temos dificuldade em seguir as instruções, ou talvez façamos algo fora da ordem, ou algo acontece que está fora do nosso controle, e assim por diante.

Como podemos consertar isso? Basta adicionar mais daquilo que convida Jesus Cristo para sua vida.

Então, como seria acrescentar mais de Jesus Cristo em sua vida?

Enquanto eu servia como presidente de missão, tive a satisfação de me reunir pessoalmente com cada um dos nossos jovens missionários a cada seis semanas. Durante essas conversas individuais, era comum que os missionários buscassem orientação sobre como melhorar a eficácia de sua dupla.

Em certa ocasião, um missionário entrou para sua entrevista individual e se sentou. Eu pude perceber por sua linguagem corporal que ele estava bastante incomodado com alguma coisa. Perguntei: “Elder, sobre o que você gostaria de conversar hoje?” Ele começou a descrever alguns dos desafios que estava enfrentando com seu companheiro e como isso estava afetando sua capacidade de fazer o trabalho missionário. Com lágrimas nos olhos, ele olhou para mim e perguntou: “Presidente, o que devo fazer?”

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.

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

Naquele caso, eu honestamente não sabia como responder. Depois de um breve momento, perguntei-lhe se ele aceitaria nos ajoelharmos juntos em oração para pedir a orientação do Espírito. Ele concordou, e nos ajoelhamos e oramos por inspiração.

Depois da oração, continuamos ajoelhados por um curto período e depois nos sentamos em nossa cadeira, um de frente para o outro. Perguntei se poderíamos ler uma escritura juntos. Ao abrirmos as escrituras, parei e disse a ele: "Élder, ao leremos esta escritura, peço que pergunte a si mesmo o seguinte: Se eu viver esses atributos, isso vai melhorar o relacionamento com meu companheiro e nosso trabalho missionário?"

Então abrimos em Morôni 7:45 e lemos em voz alta: "E a caridade é sofredora e é benigna e não é invejosa e não se ensoberbece; não busca seus interesses, não se irrita facilmente, não suspeita mal e não se regozija com a iniquidade, mas regozija-se com a verdade; tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta".

O élder então olhou para mim com lágrimas nos olhos e disse: "Sim, presidente, mas isso é difícil de fazer". Concordei com ele e o lembrei de que ele é um filho de Deus com potencial divino para fazer isso junto com o Senhor.

Em seguida, debatemos brevemente a parábola do coeficiente angular ensinada pelo élder Clark G. Gilbert, dos setenta, que nos lembrou que precisamos começar de onde estamos e, junto com o Senhor, avançar e subir em uma direção positiva. Percebi que ele ainda estava se sentindo um pouco sobrecarregado com os próximos passos, então pedi que ele descrevesse sua compreensão da escritura: "É por meio de coisas pequenas e simples que as grandes são realizadas". Ele prosseguiu descrevendo o conceito de que ao fazer coisas pequenas e simples, grandes coisas podem acontecer. Pedi que ele parasse um minuto e identificasse duas coisas pequenas e simples que ele poderia fazer para ser gentil com seu companheiro.

Depois de alguns momentos, ele expressou seus pensamentos. Então, pedi que ele parasse um minuto e identificasse duas coisas pequenas e simples que ele poderia fazer para ser paciente com seu companheiro. Ele quase imediatamente citou duas coisas em que pensou. Ficou claro que ele já estava pensando nisso antes de nossa entrevista. Convidei-o a levar esses poucos itens a Deus em oração e pedir confirmação, direção

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 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.

e inspiração sobre como executar seu plano com real intenção. Ele concordou. Quando concluímos, pedi que ele me enviasse breves atualizações em suas cartas semanais.

À medida que as semanas seguintes passavam, pude ver em suas cartas semanais que as coisas estavam melhorando. Não só pude ver essa melhora nas cartas semanais dele, como também nas cartas semanais de seu companheiro. Durante nossa próxima entrevista individual, percebi uma diferença gritante em seu semblante e espírito. Perguntei-lhe: “Então, élder, é verdade de que a caridade nunca falha?” Ele respondeu com um grande sorriso: “Sim, e é por meio de coisas pequenas e simples que grandes coisas são realizadas.”

À medida em que seguimos a Receita de boas novas para vivermos felizes, lembremo-nos do que o presidente Russell M. Nelson ensinou recentemente: “A despeito das perguntas ou dos problemas que vocês tenham, a resposta é sempre encontrada na vida e nos ensinamentos de Jesus Cristo. Aprendam mais sobre Sua Expiação, Seu amor, Sua misericórdia, Sua doutrina e sobre Seu evangelho restaurado de cura e progresso. Voltem-se a Ele! Sigam-No!”

Quando vocês precisarem “ouvir Jesus Cristo” e saber como convidá-Lo para sua vida, considerem seguir os passos que o presidente Nelson nos ensinou sobre revelação pessoal:

“Encontrem um lugar calmo onde possam ir regularmente. Humilhem-se diante de Deus. Abram seu coração para seu Pai Celestial. Voltem-se a Ele para obter respostas e consolo.

Orem em nome de Jesus Cristo sobre suas preocupações, seus medos, suas fraquezas — sim, os anseios de seu coração. E então escutem! Escrevam os pensamentos que vierem à sua mente. Registrem seus sentimentos e prossigam de acordo com as ações que forem inspirados a realizar. Ao repetirem esse processo dia após dia, mês após mês, ano após ano, crescerá ‘em [vocês] um princípio de revelação’.”

Testifico que Jesus Cristo é nosso Salvador e Redentor. Ele “realizou tudo o que precisamos para podermos retornar ao [nossa] Pai Celestial”. Em nome de Jesus Cristo, amém.