

The Lord Looketh on the Heart

By Elder Ronald M. Barcellos
Of the Seventy

Domnul Se uită la inimă

Vârstnicul Ronald M. Barcellos
din Cei Șaptezeci

October 2025 general conference

All God needs to accomplish His purposes and to help us become who He wants is for each of us to turn our hearts fully to Him.

When commanded to choose the new king of Israel from among the sons of Jesse, the prophet Samuel, upon looking at Jesse's oldest son, Eliab, exclaimed with enthusiasm, "Surely the Lord's anointed is before him." But Eliab was not the Lord's chosen servant. The Savior warned Samuel: "Look not on his countenance, or on the height of his stature; because I have refused him: for the Lord seeth not as man seeth; for man looketh on the outward appearance, but the Lord looketh on the heart."

While David may not have been physically the strongest or most skilled of his brothers, his heart was strong in the sight of God. He loved God with all his heart and had a deep desire to obey Him. He had unwavering faith in God's love, power, and promised blessings, as he later demonstrated when he fearlessly fought and defeated Goliath with the Lord's help.

This story teaches us that all God needs to accomplish His purposes and to help us become who He wants us to become is for each of us to turn our hearts fully to Him. To a lawyer, He commanded, "Thou shalt love the Lord thy God with all thy heart." To the Prophet Joseph Smith, He said, "Behold, the Lord requireth the heart and a willing mind." And to the Nephites, the resurrected Savior extended this invitation: "Ye shall offer for a sacrifice unto me a broken heart and a contrite spirit."

Why is that so? The Savior taught that if

Tot ce are nevoie Dumnezeu pentru a-Și îndeplini scopurile și pentru a ne ajuta să devenim ceea ce El dorește este ca fiecare dintre noi să ne îndreptăm inimile pe deplin spre El.

Când i s-a poruncit să aleagă noul împărat al lui Israel dintre fiii lui Isai, profetul Samuel, uitându-se la Eliab, fiul cel mare al lui Isai, a exclamat cu entuziasm: „Negreșit, unsul Domnului este aici, înaintea Lui”. Dar Eliab nu era slujitorul ales al Domnului. Domnul l-a avertizat pe Samuel: „Nu te uita la înfățișarea și înălțimea staturii lui, căci l-am lepădat. Domnul nu Se uită la ce se uită omul; omul se uită la ceea ce izbește ochii, dar Domnul Se uită la inimă”.

Deși David nu era cel mai puternic sau mai priceput dintre frați, inima lui era puternică înaintea lui Dumnezeu. El îl iubea pe Dumnezeu cu toată inima și avea o dorință profundă să l se supună. Avea credință neclintită în dragostea, puterea și binecuvântările promise ale lui Dumnezeu, așa cum a demonstrat mai târziu, când s-a luptat și l-a învins fără frică pe Goliath cu ajutorul Domnului.

Această istorisire ne învață că tot ce are nevoie Dumnezeu pentru a-Și îndeplini scopurile și pentru a ne ajuta să devenim ceea ce El dorește este ca fiecare dintre noi să ne îndreptăm inimile pe deplin spre El. Unui învățător al legii, i-a poruncit: „Să iubești pe Domnul, Dumnezeul tău, cu toată inima ta”. Profetului Joseph Smith, El i-a spus: „Iată, Domnul cere inima și un suflet binevoitor”. Iar pe nefiți, Salvatorul înviat i-a înviat: „Și voi va trebui să-Mi oferiți Mie ca jertfă o inimă frântă și un spirit smerit”.

De ce a făcut acest lucru? Salvatorul ne-a

our hearts are fully turned to Him, because of His atoning sacrifice we can be blessed with the strength and spiritual gifts we need to overcome our mortal challenges, resist temptation, receive direction and understanding, and feel joy and peace in our lives. “Out of small things proceedeth that which is great.” He said He can “make weak things become strong” and bless us with everything we need to succeed in this mortal life and to receive eternal life. “Blessed are the pure in heart,” He said, “for they shall see God.”

I believe this is why, at least in part, Jesus Christ so often corrected the scribes and Pharisees during His mortal ministry. Though diligent in keeping His law, they did so for the wrong reasons. He rebuked them, saying, “This people draweth nigh unto me with their mouth, and honoureth me with their lips; but their heart is far from me.”

This is a sober reminder to all His disciples that it is not just about what we do—our words and actions—but also why we do what Jesus Christ has asked us to do—our desires and motives. He said, “For I, the Lord, will judge all men according to their works, according to the desire of their hearts.” Our Heavenly Father desires more than mechanical acts of obedience and service from His children. He wants us to do those things with real intent because we love Him with all our hearts. He wants us to desire to become like Him.

Now, if the spiritual health of our hearts is a main concern of the Savior—what He looks for in a true disciple—how can we examine our heart and know if it is right in the sight of God?

Recently, as my wife and I returned from our mission in Portugal, we ran a series of health tests to evaluate our physical condition. Some of those tests focused on our hearts’ health—such as blood tests, echocardiograms, and stress tests. I believe the Savior has also provided us with a set of spiritual tests we can use to assess our hearts’ spiritual condition. Let me share a few with you.

Assessing Your Heart with Spiritual Tests

Învăţat că, dacă inimile noastre sunt pe deplin îndreptate către El, datorită sacrificiului Său ispăşitor, putem fi binecuvântaţi cu puterea şi darurile spirituale de care avem nevoie pentru a birui încercările din viaţa noastră muritoare, a rezista ispitei, a primi îndrumare şi înţelegere şi a simţi bucurie şi pace în vieţile noastre. „Din lucrurile mici iese ceea ce este mare.” El a spus că poate face „ca lucrurile slabe să devină puternice” şi ne poate binecuvânta cu tot ce avem nevoie pentru a reuşi în viaţa aceasta muritoare şi pentru a primi viaţă eternă. „Ferice de cei cu inima curată”, a spus El, „căci ei vor vedea pe Dumnezeu!”

Cred că, cel puţin în parte, de aceea i-a corectat Isus Hristos atât de des pe cărturari şi pe farisei în timpul slujirii Sale din viaţa muritoare. Deşi ţineau cu sârguinţă legea Sa, o făceau din motivele greşite. El i-a mustrat, spunând: „Norodul acesta se apropie de Mine cu gura şi Mă cinsteşte cu buzele, dar inima lui este departe de Mine”.

Acest lucru le aminteşte ferm tuturor ucenicilor Săi că nu contează doar ce facem – cuvintele şi faptele noastre – ci şi de ce facem ce ne-a cerut Isus Hristos – dorinţele şi motivele noastre. El a spus: „Pentru că Eu, Domnul, îi voi judeca pe toţi oamenii după faptele lor, potrivit dorinţei inimii lor”. Tatăl nostru Ceresc doreşte mai mult de la copiii Săi decât să se supună şi să slujească în mod automat. El vrea ca noi să facem aceste lucruri cu intenţie adevărată, pentru că Îl iubim cu toată inima. El vrea ca noi să dorim să devenim ca El.

Aşadar, dacă pe Salvator Îl preocupă în principal sănătatea spirituală a inimilor noastre – ceea ce caută El la un ucenic adevărat – cum putem să ne cercetăm inima şi să ştim dacă este dreaptă înaintea lui Dumnezeu?

Recent, când eu şi soţia mea ne-am întors din misiunea noastră în Portugalia, am făcut o serie de investigaţii medicale pentru a ne evalua starea de sănătate. Câteva dintre acestea s-au concentrat pe sănătatea inimilor noastre – cum ar fi analize de sânge, ecocardiografii şi teste de efort. Cred că Salvatorul ne-a oferit şi un set de investigaţii spirituale pe care le putem face pentru a evalua sănătatea spirituală a inimilor noastre. Permiteţi-mi să vă împărtăşesc câteva.

Evaluarea inimii dumneavoastră prin investigaţii spirituale

“For where your treasure is, there will your heart be also,” Jesus taught. A treasure is something precious to us, something to which we dedicate effort and attention. Where we choose to spend our time and focus our attention, as well as what motivates us to do what we do, says a lot about our hearts. The Savior warned that while many are called by Him, few are chosen “because their hearts are set so much upon the things of this world, and [they] aspire to the honors of men.” Do I make the Savior a priority in my life? Is my eye single to His glory in all that I do?

Throughout scripture, the Lord and His prophets have associated pride and disobedience with having a hardened heart. Nephi exhorted his brothers, saying: “How is it that ye do not keep the commandments of the Lord? How is it that ye will perish, because of the hardness of your hearts?” To the Saints in Missouri, the Lord warned, “But he that doeth not anything until he is commanded, and receiveth a commandment with doubtful heart, and keepeth it with slothfulness, the same is damned.” While the Savior does not expect perfection in keeping His commandments, He does ask that we desire and strive to keep them with all our hearts.

The Lord admonished Oliver Cowdery to “treasure up these words in thy heart.” We’re invited to search the scriptures diligently and, through the power of the Holy Ghost, seek to obtain understanding and a witness of the truthfulness of the gospel in our hearts.

The prophet Abinadi rebuked the priests of the wicked King Noah for not doing that, saying, “Ye have not applied your hearts to understanding; therefore, ye have not been wise.” Am I making a sincere effort to study the scriptures daily and to apply my heart to understand them through prayer?

The Savior taught that “out of the heart proceed evil thoughts” and that “out of the abundance of the heart the mouth speaketh.” The quality of our thoughts and words is a good indicator of the purity of our hearts. Am I fostering too many negative thoughts about others’ actions or motives, or even about myself? Am I too quick to judge and condemn others? Do I seek to find excuses or justification for my mistakes? And what about my words? Do they lift and inspire those around me? Or do they often create conflict and resentment?

„Pentru că unde este comoara voastră, acolo va fi și inima voastră”, ne-a învățat Isus. O comoară este un lucru prețios pentru noi, căruia îi dedicăm efort și atenție. Cum alegem să ne folosim timpul și pe ce ne concentrăm atenția, precum și ce ne motivează să facem ceea ce facem, spun multe despre inimile noastre. Salvatorul ne-a avertizat că, deși mulți sunt chemați de El, puțini sunt aleși, „pentru că inimile lor sunt îndreptate așa de mult spre lucrurile acestei lumi și [ei] aspiră la onorurile oamenilor”. Fac eu ca Salvatorul să aibă prioritate în viața mea? Este ochiul meu îndreptat spre slava Lui în tot ce fac?

În scripturi, Domnul și profeții Săi au asociat mândria și nesupunerea cu o inimă împietrită. Nefi și-a îndemnat frații, spunându-le: „Cum se face că nu țineți poruncile Domnului? Cum se face că veți pieri din cauza împietririi inimilor voastre?”. Pe sfinții din Missouri, Domnul i-a avertizat: „Dar, acela care nu face nimic până nu i se poruncește, și primește o poruncă cu inimă neîncrezătoare și i se supune cu lene, acela va fi blestemat”. Deși Salvatorul nu așteaptă perfecțiune în ținerea poruncilor Sale, El ne cere să dorim și să ne străduim să le ținem cu toată inima.

Domnul l-a sfătuit pe Oliver Cowdery: „Păstrează ca pe o comoară aceste cuvinte în inima ta”. Noi suntem îndemnați să cercetăm scripturile cu sârguință și, prin puterea Duhului Sfânt, să căutăm să obținem înțelegere și o mărturie despre veridicitatea Evangheliei în inimile noastre.

Profetul Abinadi i-a mustrat pe preoții regelui Noe cel ticălos pentru că nu făcuseră aceste lucruri, spunând: „Voi nu v-ați dedicat inimile voastre înțelegerii; de aceea, nu ați fost înțelepți”. Fac eu un efort sincer să studiez din scripturi zilnic și să-mi folosesc inima să le înțeleg prin rugăciune?

Salvatorul ne-a învățat că „din inimă ies gândurile rele” și că „din prisosul inimii vorbește gura”. Calitatea gândurilor și cuvintelor noastre este un bun indicator al purității inimii noastre. Mă concentrez eu asupra prea multor gânduri negative despre acțiunile sau motivele celorlalți sau chiar despre mine? Mă grăbesc eu să-i judec sau să-i condamn pe alții? Caut eu să găsesc scuze sau justificări pentru greșelile mele? Dar cuvintele mele? Îi inspiră acestea pe cei din jurul meu și îi înalță? Sau creează adesea conflicte și resentimente?

After my physical tests were completed, my doctor told me that, overall, my heart was healthy—but there were a few concerns that needed to be addressed now, before they became serious. He then prescribed some lifestyle changes. Likewise, as you perform this spiritual assessment of your heart and notice some negative symptoms starting to creep in, please don't panic! The Savior has provided excellent spiritual medication and treatment to help you. He has even promised to give you a new heart! Here are some actions that can improve your heart's spiritual strength.

Improving Your Heart's Spiritual Health

As we dedicate time daily to come closer to Christ, our hearts are changed. Daily study of the scriptures, accompanied by sincere prayer and regular fasting, will increase your love for the Savior and strengthen your faith and desire to repent and humbly yield your heart to God. Consider this example from Nephi: "Wherefore, I did cry unto the Lord; and behold he did visit me, and did soften my heart that I did believe all the words which had been spoken by my father."

As we continue to nourish the seed of faith by our righteous desires and actions, we will experience the same sanctification of our hearts as the Nephites: "They did fast and pray oft, and did wax stronger and stronger in their humility, and firmer and firmer in the faith of Christ, unto the filling their souls with joy and consolation, yea, even to the purifying and the sanctification of their hearts, which sanctification cometh because of their yielding their hearts unto God."

The Savior taught, "If ye love me, keep my commandments." He invites us to demonstrate our love by making and keeping covenants with Him. As we strive daily to keep His commandments, sincerely repent from our sins, and persevere in taking His name upon us and aligning our will with His will, we can be blessed with the constant companionship of the Holy Ghost.

Nephi testified, "I know that if ye shall follow the Son, with full purpose of heart, acting no hypocrisy and no deception before God, but with real intent, repenting of your sins, witnessing unto the Father that ye are willing to take upon you the name of Christ, by baptism ... , then

După ce am terminat investigațiile fizice, medicul mi-a spus că, per total, inima mea era sănătoasă – dar că trebuia să mă îngrijesc de anumite probleme acum, înainte de a deveni grave. Apoi, mi-a prescris câteva schimbări ale stilului de viață. În același fel, când vă faceți evaluarea spirituală a inimii și observați anumite simptome negative care încep să apară, vă rog să nu vă panicați! Salvatorul v-a pus la dispoziție medicamente și tratamente spirituale excelente care să vă ajute. El a promis chiar că vă va da o inimă nouă! Iată câteva acțiuni care vă pot îmbunătăți puterea spirituală a inimii.

Îmbunătățirea sănătății spirituale a inimii dumneavoastră

Când dedicăm zilnic timp pentru a ne apropia de Hristos, inimile noastre se schimbă. Studiul zilnic al scripturilor, alături de rugăciune sinceră și de post făcute în mod constant, vă va crește dragostea față de Salvator și vă va întări credința și dorința de a vă pocăi și de a-i oferi, cu umilință, inima dumneavoastră lui Dumnezeu. Gândiți-vă la acest exemplu al lui Nefi: „De aceea, L-am implorat pe Domnul; și iată că El m-a vizitat și mi-a înmuiat inima într-atât, încât eu am crezut toate cuvintele care fuseseră spuse de tatăl meu”.

Pe măsură ce continuăm să hrănim sămânța credinței noastre cu dorințe și fapte neprihănite, vom avea parte de aceeași sfințire a inimii ca nefiții: „Ei au postit și s-au rugat deseori și au devenit din ce în ce mai puternici în umilința lor și din ce în ce mai întăriți în credința în Hristos pentru umplerea sufletelor lor de bucurie și consolare, da, chiar până la purificarea și sfințirea inimilor lor, care sfințire vine datorită supunerii inimilor lor în Dumnezeu”.

Salvatorul ne-a învățat: „Dacă Mă iubiți, veți păzi poruncile mele”. El ne invită să ne arătăm dragostea făcând și ținând legăminte cu El. Când ne străduim zilnic să ținem poruncile Sale, ne pocăim cu sinceritate de păcatele noastre și continuăm să luăm numele Său asupra noastră și să ne aliniem voia cu a Sa, putem fi binecuvântați cu însoțirea permanentă a Duhului Sfânt.

Nefi a depus mărturie: „Eu știu că dacă-L veți urma pe Fiu cu toată inima, fără ipocrizie sau înșelăciune în fața lui Dumnezeu, ci cu intenții adevărate, pocăindu-vă de păcate, mărturisind Tatălui că vreți să luați asupra voastră numele lui Hristos prin botez... atunci veți primi voi Duhul

shall ye receive the Holy Ghost.”The Holy Ghost will guide you and help you know the will of the Lord and make good choices.

The Savior invites all to “serve him with all your heart.”When we choose to do each thing the Lord has asked us to do—such as keeping the commandments, partaking of the sacrament, worshipping in the temple, and serving others—with a sincere heart and with real intent, each act of service and worship becomes a powerful spiritual experience that strengthens our faith and testimony and fills our hearts with joy and love for God and our fellow man.

The prophet Alma’s question still echoes today: “Have ye spiritually been born of God? Have ye received his image in your countenances? Have ye experienced this mighty change in your hearts?”

Brothers and sisters, I invite you to give your whole heart to the Savior today. Let each act of worship and service be sincere and intentional. Set aside the distractions of the world and strive to have meaningful time for the Lord every day of your lives. Repent and return to Him with all your heart, and He will forgive you and encircle you in the arms of His love. Seek not the things of this world, but choose to have your eye single to His glory and seek the things of a better one. He knows your thoughts and the desires of your heart, and as you come unto Him, He will bless you with strength, confidence, peace, and joy in this life and a place in His celestial kingdom for all eternity.

I know Jesus Christ lives. He is our Redeemer. And He loves you and me with all His heart. In the name of Jesus Christ, amen.

Sfânt”. Duhul Sfânt vă va îndruma și vă va ajuta să cunoașteți voia Domnului și să faceți alegeri bune.

Salvatorul îi invită pe toți să-L „[slujească] cu toată inima”. Când alegem să facem fiecare lucru pe care ni l-a cerut Domnul – cum ar fi să ținem poruncile, să luăm din împărtășanie, să preaslăvim în templu și să le slujim altora – cu o inimă sinceră și cu intenție adevărată, fiecare faptă de slujire și de preaslăvire devine o experiență spirituală puternică, ce ne întărește credința și mărturia și ne umple inima cu bucurie și dragoste față de Dumnezeu și de semenii noștri.

Întrebarea profetului Alma încă este valabilă în zilele noastre: „V-ați născut voi spiritual din Dumnezeu? Ați primit voi imaginea Lui în înfățișarea voastră? Ați simțit voi această măreață schimbare în inimile voastre?”

Frați și surori, vă invit să Îi oferiți astăzi Salvatorului toată inima dumneavoastră. Fiecare faptă de preaslăvire și de slujire să fie sinceră și cu intenție. Lăsați deoparte distragerile lumii și străduiți-vă să puneți deoparte timp valoros pentru Domnul în fiecare zi din viața dumneavoastră. Pocăiți-vă și întoarceți-vă la El cu toată inima, iar El vă va ierta și vă va îmbrățișa în brațele dragostei Lui. Nu căutați lucrurile acestei lumi, ci alegeți să aveți ochiul îndreptat numai către slava Lui și să căutați lucrurile unei lumi mai bune. El vă cunoaște gândurile și dorințele inimii și, pe măsură ce veniți la El, El vă va binecuvânta cu putere, încredere, pace și bucurie în această viață și cu un loc în împărăția Sa celestială pentru toată eternitatea.

Eu știu că Isus Hristos trăiește. El este Mântuitorul nostru. Și El ne iubește cu toată inima Sa. În numele lui Isus Hristos, amin.