

The Lord Looketh on the Heart

By Elder Ronald M. Barcellos
Of the Seventy

Jehová mira el corazón

Por el élder Ronald M. Barcellos
De los Setenta

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.

Todo lo que Dios necesita para cumplir Sus propósitos y ayudar a convertirnos en quienes Él quiere que seamos es que cada uno vuelva su corazón hacia Él.

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 our hearts are fully turned to Him, because of

Cuando se le ordenó elegir al nuevo rey de Israel de entre los hijos de Isaí, el profeta Samuel, al ver a Eliab, el hijo mayor de Isaí, exclamó con entusiasmo: "De cierto delante de Jehová está su ungido". Pero Eliab no era el siervo escogido por el Señor. El Salvador le advirtió a Samuel: "No mires a su parecer ni a lo grande de su estatura, porque yo lo desecho; porque Jehová no mira lo que el hombre mira, pues el hombre mira lo que está delante de sus ojos, pero Jehová mira el corazón".

Aunque David no fuera el más fuerte ni el más hábil de sus hermanos, su corazón era fuerte ante los ojos de Dios. Él amaba a Dios con todo su corazón, y tenía un gran deseo de obedecerle. Tenía una fe inquebrantable en el amor, el poder y las bendiciones prometidas de Dios, como demostró más tarde al luchar sin temor y derrotar a Goliath con la ayuda del Señor.

Esto nos enseña que todo lo que Dios necesita para cumplir Sus propósitos y ayudar a convertirnos en quienes Él quiere que seamos, es que cada uno vuelva su corazón hacia Él. A un abogado, Él le mandó: "Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón"; al profeta José Smith le dijo: "He aquí, el Señor requiere el corazón y una mente bien dispuesta"; y a los nefitas, el Salvador resucitado les extendió esta invitación: "Y me ofreceréis como sacrificio un corazón quebrantado y un espíritu contrito".

¿Por qué es así? El Salvador enseñó que, si nuestro corazón está totalmente vuelto hacia Él,

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

“For where your treasure is, there will your

gracias a Su sacrificio expiatorio, podemos ser bendecidos con la fortaleza y los dones espirituales necesarios para superar los desafíos terrenales, resistir la tentación, recibir guía y comprensión, y sentir alegría y paz en la vida. “De las cosas pequeñas proceden las grandes”, ha dicho Él. El Salvador puede hacer que “las cosas débiles sean fuertes” y bendecirnos con todo lo que necesitamos para tener éxito en esta vida terrenal y alcanzar la vida eterna. “Bienaventurados los de limpio corazón”, dijo, “porque ellos verán a Dios”.

Es por eso que, en parte, Jesucristo corrigió tan a menudo a los escribas y fariseos en Su ministerio terrenal. Aunque eran diligentes en guardar Su ley, lo hacían por razones equivocadas. Él los reprendió diciendo: “Este pueblo con sus labios me honra, mas su corazón está lejos de mí”.

Esto es un recordatorio para Sus discípulos de que no se trata solo de lo que hacemos —nuestras palabras y acciones—, sino también de por qué hacemos lo que Jesucristo nos pide que hagamos —nuestros deseos y motivos—. Él dijo: “pues yo, el Señor, juzgaré a todos los hombres según sus obras, según el deseo de sus corazones”. Nuestro Padre Celestial desea algo más que actos mecánicos de obediencia y servicio de Sus hijos. Quiere que hagamos tales cosas con verdadera intención, porque lo amamos con todo nuestro corazón. Quiere que deseemos llegar a ser como Él.

Ahora bien, si la salud espiritual de nuestro corazón es una de las principales preocupaciones del Salvador —lo que Él busca en un verdadero discípulo—, ¿cómo podemos examinar nuestro corazón y saber si es recto a los ojos de Dios?

Hace poco, cuando mi esposa y yo regresamos de nuestra misión en Portugal, nos hicimos exámenes médicos para ver nuestra salud física. Algunos se centraron en la salud de nuestro corazón, como análisis de sangre, ecocardiogramas y pruebas de esfuerzo. Creo que el Salvador también nos ha dado una serie de pruebas espirituales que podemos usar para ver la condición espiritual de nuestro corazón. Comparto algunas de ellas con ustedes.

Evaluar su corazón con pruebas espirituales

“Porque donde esté vuestro tesoro, allí estará

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?

también vuestro corazón”, enseñó Jesús. Un tesoro es algo precioso para nosotros, algo a lo que dedicamos esfuerzo y atención. El lugar donde decidimos pasar nuestro tiempo y centrar nuestra atención, así como lo que nos motiva a hacer lo que hacemos, dice mucho de nuestro corazón. El Salvador advirtió que, aunque muchos son llamados por Él, pocos son escogidos “porque a tal grado han puesto su corazón en las cosas de este mundo, y aspiran tanto a los honores de los hombres”. ¿Hago del Salvador una prioridad en mi vida? ¿Tengo la mira puesta en Su gloria en todo lo que hago?

En las Escrituras, el Señor y Sus profetas han asociado el orgullo y la desobediencia con tener un corazón endurecido. Nefi exhortó a sus hermanos y dijo: “¿Cómo es que no guardáis los mandamientos del Señor? ¿Cómo es que queréis perecer a causa de la dureza de vuestros corazones?”. A los santos en Misuri, el Señor advirtió: “Mas el que no hace nada hasta que se le mande, y recibe un mandamiento con corazón dudoso, y lo cumple desidiaosamente, ya es condenado”. Aunque el Salvador no espera la perfección en el cumplimiento de Sus mandamientos, sí nos pide que deseemos guardarlos y que nos esforcemos con todo nuestro corazón.

El Señor invitó a Oliver Cowdery y le dijo: “atesora estas palabras en tu corazón”. Se nos invita a escudriñar diligentemente las Escrituras y, mediante el poder del Espíritu Santo, a buscar obtener comprensión y un testimonio de la veracidad del Evangelio en nuestro corazón.

El profeta Abinadí reprendió a los sacerdotes del malvado rey Noé por no hacerlo, y les dijo: “No habéis aplicado vuestros corazones para entender; por tanto, no habéis sido sabios”. ¿Estoy haciendo un esfuerzo sincero por estudiar las Escrituras a diario y aplicar mi corazón a comprenderlas mediante la oración?

El Salvador enseñó que “del corazón salen los malos pensamientos” y que “de la abundancia del corazón habla la boca”. La calidad de nuestros pensamientos y palabras es un buen indicador de la pureza de nuestro corazón. ¿Alimento pensamientos negativos sobre las acciones o motivos de los demás, o sobre mí mismo? ¿Soy muy rápido al juzgar y condenar a los demás? ¿Tengo excusas o justifico mis errores? ¿Y qué tal mis palabras? ¿Animan e inspiran a los que me rodean? ¿O crean conflicto y resentimiento?

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

Al completar mis pruebas físicas, el médico dijo que, en general, mi corazón estaba sano, pero que había problemas que debían tratarse ahora, antes de agravarse. Después, me recetó cambios en mis hábitos. Asimismo, cuando realicen esta evaluación espiritual de su corazón y noten que comienzan a aparecer algunos síntomas negativos, ¡no se asusten! El Salvador les ha dado un gran medicamento y tratamiento para ayudarles. ¡Incluso les ha prometido darles un corazón nuevo! Aquí hay algunas acciones que pueden mejorar la fortaleza espiritual de su corazón:

Mejorar la salud espiritual de su corazón

Cuando dedicamos tiempo cada día a acercarnos más a Cristo, nuestro corazón cambia. El estudio diario de las Escrituras, acompañado de oraciones sinceras y ayunos regulares, aumentará su amor por el Salvador y fortalecerá su fe y su deseo de arrepentirse y entregar humildemente su corazón a Dios. Consideren este ejemplo de Nefi: "Clamé [...] al Señor; y he aquí que él me visitó y enterneció mi corazón, de modo que creí todas las palabras que mi padre había hablado."

A medida que continuemos alimentando la semilla de la fe con nuestros deseos y acciones justas, experimentaremos la misma santificación de nuestro corazón que los nefitas experimentaron: "Ayunaron y oraron frecuentemente, y se volvieron más y más fuertes en su humildad, y más y más firmes en la fe de Cristo, hasta henchir sus almas de gozo y de consolación; sí, hasta la purificación y santificación de sus corazones, santificación que viene de entregar el corazón a Dios".

El Salvador enseñó: "Si me amáis, guardad mis mandamientos". Él nos invita a demostrar nuestro amor al hacer y guardar convenios con Él. Si nos esforzamos cada día por guardar Sus mandamientos, arrepentirnos sinceramente de nuestros pecados y perseverar en tomar Su nombre sobre nosotros y alinear nuestra voluntad con la Suya, podemos ser bendecidos con la compañía constante del Espíritu Santo.

Nefi testificó: "Sé que si seguís al Hijo con íntegro propósito de corazón, sin acción hipócrita y sin engaño ante Dios, sino con verdadera intención, arrepintiéndoos de vuestros pecados, testificando al Padre que estáis dispuestos a tomar sobre vosotros el nombre de Cristo por

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.

medio del bautismo [...], entonces recibiréis el Espíritu Santo”. El Espíritu Santo los guiará y los ayudará a conocer la voluntad del Señor y a tomar buenas decisiones.

El Salvador invita a todos a “que le sirváis con todo vuestro corazón”. Cuando decidimos hacer todo lo que el Señor nos ha pedido que hagamos —como guardar los mandamientos, participar de la Santa Cena, adorar en el templo y servir a los demás— con un corazón sincero y con intención real, cada acto de servicio y adoración se convierte en una poderosa experiencia espiritual que fortalece nuestra fe y nuestro testimonio, y llena nuestro corazón de gozo y amor por Dios y por nuestros semejantes.

La pregunta del profeta Alma aun resuena hoy: “¿Habéis nacido espiritualmente de Dios? ¿Habéis recibido su imagen en vuestros rostros? ¿Habéis experimentado este potente cambio en vuestros corazones?”

Hermanos y hermanas, los invito a entregar hoy todo su corazón al Salvador. Que cada acto de adoración y servicio sea sincero y deliberado. Dejen a un lado las distracciones del mundo y esfuércense por dedicar tiempo significativo al Señor todos los días de su vida. Arrepiéntanse y vuelvan a Él con todo su corazón, y Él los perdonará y los envolverá en los brazos de Su amor. No busquen las cosas de este mundo, sino elijan tener la mira puesta únicamente en Su gloria y busquen las cosas de un mundo mejor. Él conoce sus pensamientos y los deseos de su corazón, y cuando acudan a Él, los bendecirá con fortaleza, confianza, paz y gozo en esta vida, y un lugar en Su reino celestial por toda la eternidad.

Sé que Jesucristo vive, Él es nuestro Redentor. Y Él nos ama a ustedes y a mí con todo Su corazón. En el nombre de Jesucristo. Amén.