

“Lovest Thou Me?”

By Elder Steven C. Barlow
Of the Seventy

“¿Me amas?”

Por el élder Steven C. Barlow
De los Setenta

October 2025 general conference

If we want to show our love for God, we should understand how He recognizes our love.

In the parable of the prodigal son, the elder brother initially struggled to celebrate when his younger brother returned home after a period of poor choices and “wast[ing] his substance with riotous living.” The elder brother’s pride and self-righteousness kept him from embracing the joy of his brother’s repentant return. We also may let opportunities pass us by without letting our loved ones know, through our words and actions, of our sincere love for them.

There are many powerful examples in the scriptures of sincere love shared and received: Naomi and Ruth, Ammon and King Lamoni, the prodigal son and his father, the Savior and His disciples.

When love is freely given and sincerely received, a virtuous cycle ensues with an increase of love between both the giver and the receiver.

God’s love is perfect, infinite, enduring, and “most sweet.” It fills the soul with “exceedingly great joy.” Nevertheless, at times we may find it difficult to recognize God’s love in our lives. However, our perfectly loving Heavenly Father so deeply desires for us to experience His love that He “speaketh unto [us] according to ... [our] understanding.” He will express His love for us in ways we, individually, can recognize. We may experience God’s love for us when we observe the beauties of nature, or receive answers to prayers, or have thoughts come to our mind in the very moment of need, or experience sweet moments

Si deseamos mostrar nuestro amor por Dios, deberíamos entender cómo Él reconoce nuestro amor.

En la parábola del hijo pródigo, al hermano mayor le era difícil al principio celebrar que su hermano menor regresara a casa después de un periodo de malas decisiones y de haber “desperdici[ado] sus bienes viviendo perdidamente”. El hermano mayor, creyéndose moralmente superior, no podía sumarse al gozo por el regreso de su hermano arrepentido. También nosotros podemos desaprovechar oportunidades para que nuestros seres queridos sepan, por nuestras palabras y acciones, de nuestro amor sincero por ellos.

Hay muchos ejemplos poderosos en las Escrituras del amor sincero que se ofrece y se recibe: Noemí y Rut, Ammón y el rey Lamoni, el hijo pródigo y su padre, el Salvador y Sus discípulos.

Cuando el amor se da sin reservas y se recibe con sinceridad, se produce un ciclo virtuoso que aumenta el amor entre quien lo da y quien lo recibe.

El amor de Dios es perfecto, infinito, perdurable y “de lo más dulce”. Llena el alma “de un gozo inmenso”. Sin embargo, a veces puede ser difícil para nosotros reconocer el amor de Dios en nuestra vida. No obstante, nuestro perfectamente amoroso Padre Celestial desea tan anhelosamente que experimentemos Su amor que nos “habla [...] de acuerdo con [nuestro] entendimiento”. Él expresará Su amor por nosotros de una forma tal, que nosotros, de forma individual, podamos reconocer. Puede que experimentemos el amor de Dios por nosotros al observar la belleza de la naturaleza, o al recibir respuestas

of joy. The greatest manifestation of Heavenly Father's love for us that resonates with both mind and heart is when He allowed His Beloved Son to offer Himself as the atoning one.

Like the prodigal son's elder brother, our focus is often centered on ourselves. We are so consumed with seeking evidence of God's love for us, and we become frustrated when we do not see it. But the beautiful paradox is that the more we are focused on showing our love for God, the more easily we recognize His love for us. Perhaps this is why the Savior responded to the question "Which is the great commandment?" with this simple and important invitation: "Thou shalt love the Lord thy God with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy mind."

Sometimes the way we show our love to those we hold most dear is not necessarily the way they recognize love. This may be frustrating for both the giver and the receiver. It may be helpful to ask those we love how they recognize love expressed. Likewise, if we want to show our love for God, we should understand how He recognizes our love. Fortunately, He has clearly outlined several ways in the scriptures that we can show our love for Him.

Lovest Thou Me More Than These?

In the instructive exchange between Peter and the resurrected Lord at the Sea of Tiberias, we learn of ways we can show our love for the Lord.

"Jesus saith to Simon Peter, Simon, son of Jonas, lovest thou me more than these? He saith unto him, Yea, Lord; thou knowest that I love thee."

The key question in this inquiry by the Lord is "Lovest thou me more than these?" We show our love to the Lord when we put Him above "these," and "these" can be anyone, any activity, or anything that displaces Him from being the most important influence in our lives.

There will never be enough time in a day, a

a oraciones, o al recibir inspiración en el momento de mayor necesidad o al experimentar momentos dulces de gozo. La mayor manifestación del amor del Padre Celestial por nosotros, que resuena tanto en la mente como en el corazón, es cuando permitió que Su Amado Hijo se ofreciera a Sí mismo como Aquel que llevaría a cabo la Expiación.

A menudo nos centramos en nosotros mismos, tal como el hermano mayor del hijo pródigo. Nos obsesionamos por hallar evidencias del amor de Dios por nosotros y nos frustramos cuando no las vemos. Sin embargo, la hermosa paradoja es que entre más nos centramos en mostrar nuestro amor por Dios, más fácilmente reconocemos Su amor por nosotros. Tal vez es por esto que el Salvador respondió a la pregunta "¿Cuál es el gran mandamiento?" con esta sencilla e importante invitación: "Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma y con toda tu mente".

Algunas veces, la manera en que demostramos nuestro amor por aquellos que más amamos no es necesariamente la manera en que ellos reconocen nuestro amor. Esto puede ser frustrante tanto para quien lo da como para quien lo recibe. Podría ser útil que les preguntemos a quienes amamos, cómo reconocen el amor que se les expresa. De la misma forma, si deseamos mostrar nuestro amor por Dios, deberíamos entender cómo Él reconoce nuestro amor. Afortunadamente, en las Escrituras Él ha indicado claramente varias maneras como podemos mostrar nuestro amor por Él.

¿Me amas más que estos?

De la instructiva conversación entre Pedro y el Señor resucitado junto al mar de Tiberias, aprendemos algunas maneras en las que podemos mostrar nuestro amor por el Señor.

"Jesús le dijo a Simón Pedro: Simón hijo de Jonás, ¿me amas más que estos? Pedro le contestó: Sí, Señor, tú sabes que te amo".

La pregunta clave en este versículo es "¿me amas más que estos?". Demostramos nuestro amor por el Señor cuando lo colocamos por encima de "estos", y "estos" puede ser cualquier persona, cualquier actividad o cualquier cosa que lo desplace a Él de ser la influencia más importante de nuestra vida.

Nunca habrá suficiente tiempo en un día,

week, a month, or a year to get done all we want or need to accomplish. Part of the test of mortality is to use the precious resource of time for what is most important for our eternal good and to let go of those things that are less important.

President Russell M. Nelson said: “The question for each of us ... is the same. ... Are you willing to let God be the most important influence in your life? Will you allow His words, His commandments, and His covenants to influence what you do each day? Will you allow His voice to take priority over any other? Are you willing to let whatever He needs you to do take precedence over every other ambition? Are you willing to have your will swallowed up in His?” We demonstrate our discipleship and love for God when we make Him our top priority.

Feed My Sheep

In the next verse of this same discussion between Peter and the Savior, we learn of another way the Lord recognizes our expressions of love: “[The Lord] saith to him again the second time, Simon, son of Jonas, lovest thou me? He saith unto him, Yea, Lord; thou knowest that I love thee. He saith unto him, Feed my sheep.”

We show our love for Heavenly Father when we serve, listen to, love, lift, or minister to His children. That service may be as simple as truly seeing others without judgment. In the 76th section of the Doctrine and Covenants, we get a glimpse of the character of those who will inherit a celestial glory: “They see as they are seen, and know as they are known.” They see others as God sees them, and He sees them as they can become, with glorious divine potential.

After returning home from my mission, I took over the lawn-care business my brothers and I had started as teenagers. I was also busy with my university studies. One spring week, heavy rain and looming final exams left me overwhelmed and behind on yard work.

Midweek the skies cleared, and I planned to catch up on yard work after classes. But when I arrived home, my truck and equipment were gone. Curious, I visited the scheduled yards; each

una semana, un mes o un año para terminar todo lo que queremos o necesitamos hacer. Parte de la prueba de la vida terrenal es utilizar el preciado recurso del tiempo para aquello que es más importante para nuestro bien eterno y dejar de lado otras cosas menos importantes.

El presidente Russell M. Nelson dijo: “La pregunta para cada uno de nosotros [...] es la misma. ¿Estás dispuesto a permitir que Dios sea la influencia más importante en tu vida? ¿Permitirás que Sus palabras, Sus mandamientos y Sus convenios influyan en lo que haces cada día? ¿Permitirás que Su voz tenga prioridad sobre cualquier otra? ¿Estás dispuesto a permitir que todo lo que Él necesite que hagas tenga prioridad sobre cualquier otra ambición? ¿Estás dispuesto a que tu voluntad sea absorbida en la de Él?”. Demostramos nuestro discipulado y amor por Dios cuando hacemos que Él sea nuestra máxima prioridad.

Apacienta mis ovejas

En el siguiente versículo de esta misma conversación entre Pedro y el Salvador, aprendemos otra manera en que el Señor reconoce nuestras expresiones de amor: “[El Señor] volvió a decirle la segunda vez: Simón hijo de Jonás, ¿me amas? Le respondió: Sí, Señor, tú sabes que te amo. Le dijo: Apacienta mis ovejas”.

Demostramos nuestro amor por el Padre Celestial cuando servimos, escuchamos, amamos, elevamos o ministramos a Sus hijos. Este servicio puede ser tan sencillo como ver realmente a los demás sin juzgarlos. En la sección 76 de Doctrina y Convenios, podemos vislumbrar el carácter de aquellos que heredarán una gloria celestial: “[Ellos] ven como son vistos, y conocen como son conocidos”. Ellos ven a los demás como Dios los ve y Él los ve como lo que pueden llegar a ser, con un potencial glorioso y divino.

Después de regresar de mi misión, me hice cargo del negocio de jardinería que mis hermanos y yo habíamos empezado cuando éramos adolescentes. También estaba ocupado con mis estudios universitarios. En una semana de primavera, las fuertes lluvias y los inminentes exámenes finales me dejaron abrumado y atrasado con el trabajo de jardinería.

A mediados de la semana, los cielos se despejaron y me propuse ponerme al día con el trabajo de los jardines después de clases. Pero, al llegar a casa, mi camioneta y mis herramientas habían

one had already been beautifully trimmed. At the last yard on the schedule, I saw my younger brother walking behind the mower. He saw me, smiled, and waved. Overcome with gratitude, I hugged and thanked him. His meaningful act of service deeply strengthened my love and loyalty for him. Serving each other is an unmistakable way we show our love for God and His Beloved Son.

Confess His Hand in All Things

We also manifest our love for God by having a grateful heart. The Lord said, “In nothing doth man offend God, ... save those who confess not his hand in all things.” We show our love for God by acknowledging Him as the source of every good thing in our lives.

In the early days of launching a company, my business partner and I would pray earnestly before important meetings, asking for Heavenly Father’s help. Time after time, God answered our prayers, and our meetings went well. After one meeting, my business partner pointed out that we had been quick to ask for help but slow to give thanks. From then on, we made it a habit to offer sincere prayers of gratitude, recognizing the Lord’s hand in our successes. We show our love for God with “an attitude of gratitude.”

If Ye Love Me, Keep My Commandments

Another way we show our love for Heavenly Father and His Beloved Son is to choose to obey Them. The Savior said, “If ye love me, keep my commandments.” This kind of obedience is neither blind nor compulsory but is a sincere and willing expression of love. Father in Heaven wants us to want to be obedient. Sister Tamara W. Runia called this “affectionate obedience.” She said, “Even though we don’t have perfect obedience yet, we try affectionate obedience now, choosing to stay, again and again, because we love Him.”

Heavenly Father gave us agency to inspire us to want to choose Him. His work and glory is

desaparecido. Intrigado, visité los jardines que estaban programados, y vi que cada jardín ya había sido podado hermosamente. En el último jardín programado encontré a mi hermano menor caminando detrás de la podadora. Él me miró, sonrió y me saludó con la mano. Rebosante de gratitud, le di un abrazo y le agradecí. Su significativo acto de servicio fortaleció profundamente mi amor y lealtad hacia él. Servirnos unos a otros es una manera inequívoca de demostrar nuestro amor por Dios y por Su Amado Hijo.

“Conf[esar] su mano en todas las cosas”

También manifestamos nuestro amor por Dios mediante un corazón agradecido. El Señor dijo: “En nada ofende el hombre a Dios [...] [salvo] aquellos que no confiesan su mano en todas las cosas”. Demostramos nuestro amor por Dios al reconocer que Él es la fuente de toda cosa buena en nuestra vida.

Junto con un socio, fundé una vez una empresa, y al comienzo, él y yo orábamos fervientemente antes de las reuniones importantes para pedir la ayuda del Padre Celestial. Una y otra vez, Dios contestó nuestras oraciones y nuestras reuniones salieron bien. Después de una reunión, mi socio señaló que habíamos sido rápidos para pedir, pero lentos para agradecer. A partir de ese momento, nos habituamos a ofrecer oraciones sinceras de gratitud, reconociendo la mano del Señor en nuestros éxitos. Mostramos nuestro amor por Dios con “una actitud agradecida”.

Si me amáis, guardad mis mandamientos

Otra manera como demostramos nuestro amor por el Padre Celestial y su Amado Hijo es al elegir obedecerlos. El Salvador dijo: “Si me amáis, guardad mis mandamientos”. Este tipo de obediencia no es ciega ni forzada, sino que es una expresión de amor sincera y voluntaria. El Padre en los cielos desea que nosotros deseemos ser obedientes. La hermana Tamara W. Runia se refirió a esto como “obedecer por afecto”. Ella dijo: “Aunque todavía no tengamos una obediencia perfecta, ahora intentamos obedecer por afecto, y decidimos quedarnos, una y otra vez, porque lo amamos a Él”.

El Padre Celestial nos dio el albedrío moral para inspirarnos a desearlo a Él. Su obra y

not only to bring to pass our eternal life but also includes a hope that our greatest desire is to return to Him. However, He will never force us to obey. In the hymn “Know This, That Every Soul Is Free,” we sing:

He'll call, persuade, direct aright,
And bless with wisdom, love, and light,
In nameless ways be good and kind,
But never force the human mind.

As mission leaders, my wife, Christina, and I were inspired by so many missionaries who chose to be obedient not only because it was a missionary standard but because they wanted to show their love for the Lord by humbly choosing to represent Him.

Elder Dale G. Renlund said: “Our Heavenly Father’s goal in parenting is not to have His children do what is right; it is to have His children choose to do what is right and ultimately become like Him. If He simply wanted us to be obedient, He would use immediate rewards and punishments to influence our behaviors.” We show our love for God when we choose to obey and follow Him.

Our Heavenly Father and our Savior recognize our expressions of love for Them when we put Them first in our lives, serve one another, gratefully acknowledge every blessing from Them, and choose to obey and follow Them.

I testify that each one of us truly is a child of God and He loves us perfectly. I testify that He yearns for us to experience His love in ways we recognize and understand. And the beautiful paradox is that we will experience His love for us even more deeply as we show our love for Him. In the name of Jesus Christ, amen.

gloria no es solamente llevar a cabo nuestra vida eterna, sino que también incluye una esperanza de que nuestro mayor deseo sea regresar a Él. No obstante, Él nunca nos obligará a obedecer. En el himno “Know This, That Every Soul Is Free” [Sabad que toda alma libre es], cantamos:

Él llamará, persuadirá y dirigirá en rectitud,
bendecirá con sabiduría, amor y luz;
de muchas formas mostrará Su bondad,
pero nunca al alma del hombre forzará.

Cuando éramos líderes de misión, a mi esposa, Christina, y a mí nos inspiraron muchos misioneros que eligieron ser obedientes, no solo porque era una norma misional, sino porque deseaban demostrar su amor por el Señor al escoger, en humildad, representarlo.

El élder Dale G. Renlund dijo: “La meta de nuestro Padre Celestial en la crianza de los hijos no es hacer que Sus hijos hagan lo correcto, sino que elijan hacer lo correcto y finalmente lleguen a ser como Él. Si simplemente quisiera que fuéramos obedientes, usaría recompensas y castigos inmediatos para influir en nuestros comportamientos”. Demostramos nuestro amor por Dios cuando elegimos obedecer y seguirlo.

Nuestro Padre Celestial y nuestro Salvador reconocen nuestras expresiones de amor hacia Ellos cuando los ponemos en primer lugar en nuestra vida, nos servimos los unos a los otros, reconocemos con gratitud cada bendición de Ellos y escogemos seguirlos.

Testifico que cada uno de nosotros es verdaderamente un hijo de Dios, y que Él nos ama perfectamente. Testifico que Él ansía que experimentemos Su amor de maneras que reconozcamos y entendamos. Y la hermosa paradoja es que experimentaremos Su amor por nosotros más profundamente al mostrar nuestro amor por Él. En el nombre de Jesucristo. Amén.