

Harden Not Your Heart

By Elder Christopher H. Kim
Of the Seventy

Yüreğinizi Katılaştırmayın

Yaşlı Christopher H. Kim
Yetmişler Kurulu

April 2025 general conference

If we sincerely repent, humble ourselves, and trust and rely on the Lord, our hearts will be softened.

Eğer içtenlikle tövbe edersek, alçakgönüllü olursak ve Rab'be güvenip O'na bel bağlarsak, yüreklerimiz yumuşayacaktır.

The Restoration of the gospel of Jesus Christ began when God the Father and His Beloved Son appeared to the young Joseph Smith, answering his humble prayer. As part of the Restoration, Joseph Smith translated an ancient record by the gift and the power of God. This record contains “God’s dealings with ancient inhabitants of the Americas and contains the fulness of the everlasting gospel.”

When I was a young boy, as I read the Book of Mormon, I often wondered why Laman and Lemuel did not believe the truths that were given to them, even when an angel of the Lord appeared and spoke to them directly. Why couldn’t Laman and Lemuel be more humble and obedient to the teachings of their father, Lehi, and their younger brother Nephi?

I found one of the answers to this question in 1 Nephi, which states that Nephi was “grieved because of the hardness of their hearts.” Nephi asked his older brothers, “How is it that ye are so hard in your hearts, and so blind in your minds?”

What does it mean to have a hardness of heart?

The Korean translation of “hardness” in the Book of Mormon is (Wan-Aak:). This phrase uses the Chinese character “Wan” (), meaning “stubborn,” and “Aak” (), meaning “wicked.” When we harden our hearts, we are blinded, and good things cannot come into our hearts or our minds. We become stubborn and begin to place more focus on worldly desires, closing our hearts to the things of God. We choose to focus

İsa Mesih’in sevindirici haberinin İade Edilişi, Tanrı Baba ve O’nun Sevgili Oğlu’nun genç Joseph Smith’e görünüp onun alçakgönüllü duasını yanıtlamasıyla başladı. İade Ediliş’in bir parçası olarak Joseph Smith, Tanrı’nın armağanı ve gücüyle eski bir kaydı tercüme etti. Bu kayıt, “Tanrı’nın eskiden Amerika kıtasında yaşamış olan insanlarla kurduğu ilişkileri ve sonsuz sevin-dirici haberin bütününe içerir.”

Küçük bir çocukken, Mormon Kitabı’nı okuduğumda, Laman ve Lamuel’in, Rab’bin bir meleği görünüp onlarla doğrudan konuştuğu halde, kendilerine verilen gerçeklere neden inanmadıklarını sık sık merak ederdim. Laman ve Lamuel, babaları Lehi ve küçük kardeşleri Nefi’nin öğretilerine karşı neden daha alçakgönüllü ve itaatkar olamadılar?

Bu sorunun cevaplarından birini, Nefi’nin “yüreklerinin katılığına çok üzüldüm” dediği 1. Nefi’de buldum. Nefi ağabeylerine şöyle sordu, “Nasıl oluyor da bu kadar katı yürekliisiniz ve zihniniz de o kadar kör?”

Katı yürekli olmak ne anlama gelir?

Mormon Kitabı’ndaki “katı” kelimesinin Korece çevirisi (Wan-Aak:) şeklindedir. Bu ifade, Çince “inatçı” anlamına gelen “Wan” () ve “kötü” anlamına gelen “Aak” () karakterlerini kullanır. Yüreklerimizi katılaştırdığımızda kör oluruz ve iyi şeyler yüreklerimize ya da aklımıza giremez. İnatçı oluruz ve dünyevi arzulara daha fazla odaklanmaya başlarız, yüreklerimizi Tanrı’ya ait şeylere kapatırız. Başkalarının görüşlerini

solely on our own thoughts while not accepting the opinions and guidance of others. We choose to not open our hearts to the things of God but instead to the influence of the things of the world and the adversary. When our hearts are hardened, we resist the influence of the Holy Ghost. We are “slow to remember the Lord,” and over time we become “past feeling” His words.

Alma taught the people in Ammonihah that some “would reject the Spirit of God on account of the hardness of their hearts.” He also taught that “they that will harden their hearts, to them is given the lesser portion of the word until they know nothing concerning his mysteries.” Eventually, the Spirit withdraws, and the Lord “will take away [His] word” from those who have hardened their hearts just like Laman and Lemuel. Because Laman and Lemuel continually hardened their hearts, resisted the feelings of the Holy Ghost, and chose not to accept the words and teachings of their father and Nephi, they ultimately rejected eternal truths from God.

In contrast to Laman and Lemuel, Nephi continually humbled himself, seeking guidance from the Spirit of the Lord. In return, the Lord softened Nephi’s heart. Nephi shares that he “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.” The Lord helped Nephi to accept, understand, and believe all the mysteries of God and His words. Nephi was able to have the constant companionship of the Holy Ghost.

What can we do to not harden our hearts?

First, we can practice daily repentance.

Our Savior taught, “Whoso repenteth and cometh unto me as a little child, him will I receive.” Our beloved prophet, President Russell M. Nelson, taught:

“Repenting is the key to progress. Pure faith keeps us moving forward on the covenant path.

“Please do not fear or delay repenting. Satan delights in your misery. ... Start today to experience the joy of putting off the natural man. The Savior loves us always but especially when we repent.”

As we experience the joy of softening our hearts and coming to the Lord, we become “as a child, submissive, meek, humble, patient, full of love, willing to submit to all things which the

ve rehberliğini kabul etmeyerek yalnızca kendi düşüncelerimize odaklanmayı seçeriz. Yüreğimizi Tanrı’ya ait şeylere değil, dünyaya ve düşmana ait şeylerin etkisine açmayı seçeriz. Yüreğlerimiz katılaştığında, Kutsal Ruh’un etkisine karşı direniriz. “Rab’bi hatırlamakta [yavaşlarız]” ve zamanla O’nun sözlerini “[hissedemez]” hale geliriz.

Alma, Ammonihadaki halka bazılarının “yüreğlerinin sertliği ... yüzünden Tanrı’nın Ruhunu [reddettiklerini]” öğretti. Ayrıca, “yüreğini sertleştirenlere, O’nun sırlarından hiçbir şey bilmeyinceye kadar sözün daha az kısmı verilir” diye öğretti. Nihayetinde Ruh geri çekilir ve Rab, tıpkı Laman ve Lemuel gibi yüreklerini katılaştırmış olanlardan “[Kendi] sözünü [alacaktır]”. Laman ve Lemuel sürekli olarak yüreklerini katılaştırdıkları, Kutsal Ruh’un hissettirdiklerine karşı direndikleri ve babaları ile Nefi’nin sözlerini ve öğretilerini kabul etmemeyi seçtikleri için, en sonunda Tanrı’dan gelen ebedi gerçekleri reddettiler.

Laman ve Lemuel’in aksine, Nefi sürekli olarak kendisini alçalttı ve Rab’in Ruhu’ndan rehberlik istedi. Buna karşılık Rab, Nefi’nin yüreğini yumuşattı. Nefi şöyle paylaşıyor: “Rab’be yakardım. Ve işte, O da gelip benim yüreğimi yumuşattı; öyle ki babamın söylediği sözlerin hepsine inandım.” Rab, Tanrı’nın ve O’nun sözlerinin bütün sırlarını kabul etmesi, anlaması ve inanması için Nefi’ye yardım etti. Nefi, Kutsal Ruh’un sürekli yoldaşlığına sahip olabildi.

Yüreğimizi katılaştırmamak için ne yapabiliriz?

Birincisi, her gün tövbe edebiliriz.

Kurtarıcımız şöyle öğretti, “Kim tövbe edip küçük bir çocuk gibi bana gelirse, onu kabul edeceğim.” Sevgili peygamberimiz Başkan Russell M. Nelson şöyle öğretti:

Tövbe ilerlemenin anahtarıdır. Saf iman, antlaşma yolunda ilerlememizi sağlar.

“Lütfen tövbe etmekten korkmayın veya tövbe etmeyi ertelemeyin. Şeytan sizin perişan olmanızdan zevk alır. ... Doğal insan olmayı bırakmanın sevincini yaşamaya bugün başlayın. Kurtarıcı bizi her zaman ama özelliğle tövbe ettiğimiz zaman sever.”

Yüreğimizi yumuşatmanın ve Rab’be gelmenin sevincini yaşadıkça, “bir çocuk gibi uysal, yumuşak huylu, alçakgönüllü, sabırlı, sevgi dolu, Rab’in kendisine uygun gördüğü her şeye

Lord seeth fit to inflict upon him, even as a child doth submit to his father.”

Second, we can practice humility.

Daily repentance will bring humility to our hearts. We want to become humble before the Lord, like a little child who obeys their father. We will then always have the Holy Spirit with us, and our hearts will soften.

My wife, Sue, and I have known a wonderful couple for the last four years. When we initially met them, the husband was a new member of the Church, and his wife was meeting with the missionaries to study the gospel. Many missionaries met with her to help her come unto Christ. We felt that she had a vibrant testimony of the gospel and knew that the Church was true. She felt the Spirit often during our visits and actively participated in all the meetings. She loved to interact with the wonderful members of the ward. However, she found it difficult to commit herself to enter the waters of baptism. One day she was reading Moroni 7:43–44, which reads:

“And again, behold I say unto you that he cannot have faith and hope, save he shall be meek, and lowly of heart.

“If so, [your] faith and hope is vain, for none is acceptable before God, save the meek and lowly in heart.”

After reading these verses, she realized what she needed to do. She thought that she had understood the meaning of being meek and humble. However, her understanding was not sufficient enough to have faith and hope to obey the commandments of God. She had to let go of her stubbornness and her own wisdom. She started to humble herself through sincere repentance. She began to understand humility in the perspective of God’s eyes. She relied on Heavenly Father and prayed to soften her own heart. Through these prayers, she felt the Spirit witness to her that Heavenly Father wanted her to be baptized.

Both husband and wife shared that the more they became humble, the more they could understand the words of God, and their hearts were softened to follow the teachings of our Lord Jesus Christ.

Third, we can trust and rely on our Savior.

Nephi was a great example of allowing his heart to be softened by trusting in the Lord. He

uymaya istekli, aynı babasına itaat eden bir çocuk gibi” oluruz.

İkincisi, alçakgönüllü olabiliriz.

Günlük tövbe etmek yüreklerimize alçakgönüllülük getirecektir. Rab’bin önünde alçakgönüllü olmak isteriz, tıpkı babasına itaat eden küçük bir çocuk gibi. O zaman Kutsal Ruh her zaman bizimle olacak ve yüreklerimiz yumuşayacaktır.

Eşim Sue ve ben son dört yıldır harika bir çift tanıyoruz. Onlarla ilk tanıştığımızda, adam Kilise’nin yeni bir üyesiydi ve karısı sevindirici haberi çalışmak için görevlilerle buluşuyordu. Birçok görevli onun Mesih’e gelmesine yardım etmek için onunla görüştü. Onun, sevindirici habere dair güçlü bir tanıklığı olduğunu ve Kilise’nin doğru olduğunu bildiğini hissettik. Ziyaretlerimiz sırasında Ruh’u sık sık hissetti ve bütün toplantılara aktif olarak katıldı. Mahallenin harika üyeleriyle vakit geçirmeyi seviyordu. Fakat, vaftiz sularına girmek için kendini adamakta zorlandı. Bir gün Moroni 7:43–44’ü çalışırken, şunları okudu:

“Ve yine, işte size derim ki kişi yumuşak huylu ve alçakgönüllü olmadıkça, onun imanı ve umudu olamaz.

“Eğer olursa, [imanınız ve umudunuz] boştur; çünkü Tanrı’nın huzuruna yumuşak huylu ve alçakgönüllü olmayan hiç kimse kabul edilmez.”

Bu ayetleri okuduktan sonra ne yapması gerektiğini anladı. Yumuşak huylu ve alçakgönüllü olmanın ne anlama geldiğini anladığını düşünüyordu. Fakat onun anlayışı, Tanrı’nın emirlerine itaat etmek için iman ve umut etmeye yetecek kadar yeterli değildi. İnatçılığundan ve kendi bilgeliğinden vazgeçmek zorundaydı. İçten bir tövbeyle kendini alçakgönüllü hale getirmeye başladı. Alçakgönüllülüğün ne olduğunu Tanrı’nın gözünden anlamaya başladı. Cennetteki Baba’ya güvendi ve kendi yüreğini yumuşatması için dua etti. Bu dualar aracılığıyla, Ruh’un kendisine Cennetteki Baba’nın onun vaftiz olmasını istediğine dair tanıklık ettiğini hissetti.

Her iki karı kocada, alçakgönüllü oldukça, Tanrı’nın sözlerini daha iyi anlayabildiklerini ve yüreklerinin Rabbimiz İsa Mesih’in öğretilerini takip etmek için yumuşadığını paylaştılar.

Üçüncüsü, Kurtarıcımız’a güvenebilir ve O’na bel bağlayabiliriz.

Nefi, Rab’be güvenerek yüreğinin yumuşamasına izin vermenin harika bir örneğiydi. Şöyle

taught, “I have trusted in thee, and I will trust in thee forever. I will not put my trust in the arm of flesh.” Similarly, in a revelation given to the Prophet Joseph Smith, the Lord said, “Put your trust in that Spirit which leadeth to do good—yea, to do justly, to walk humbly.” When we put our trust in the Lord and rely on Him, He will soften our hearts, and we will be supported in our trials, troubles, and afflictions.

If we sincerely repent, humble ourselves, and trust and rely on the Lord, our hearts will be softened. He will then pour out His Spirit and show us the mysteries of heaven. We will believe all the words that He has taught, and our understanding will deepen.

Our Savior, Jesus Christ, was the ultimate example of meekness. In 2 Nephi 31:7, we read, “But notwithstanding he being holy, he showeth unto the children of men that, according to the flesh he humbleth himself before the Father, and witnesseth unto the Father that he would be obedient unto him in keeping his commandments.” Even though He was holy and perfect, He humbled Himself before the Father and was obedient to Him by being baptized.

At the end of His mortal life, Jesus Christ submitted His own will to His Father by partaking of the bitter cup. This suffering caused Him “to tremble because of pain, and to bleed at every pore, and to suffer both body and spirit.” The Savior asked that He “might not drink the bitter cup, and shrink.” “Nevertheless,” He said, “glory be to the Father, and [He] partook and finished [His] preparations unto the children of men.”

Brothers and sisters, we’ve been given moral agency. We can choose to harden our hearts, or we can choose to soften our hearts. In our daily lives, we can choose to do the things that invite the Lord’s Spirit to come into and dwell in our hearts. I know that in these choices, there is peace and joy.

Let us follow the example of our Savior, Jesus Christ, who followed the will of the Father. As we do so, the Lord has promised us, “For, behold, I will gather them as a hen gathereth her chickens under her wings, if they will not harden their hearts.” In the name of Jesus Christ, amen.

öğretti, “Sana güvendim ve sonsuza kadar da güveneceğim. Bedenin koluna güvenmeyeceğim.”- Benzer şekilde, Peygamber Joseph Smith’e verilen bir vahiyde Rab şöyle demiştir, “İyilik yapmaya yönelten o Ruh’a, evet, hak olanı yapmaya, alçakgönüllülükle yürümeye ... güven.” Rab’be güvendiğimizde ve O’na bel bağladığımızda, O bizim yüreklerimizi yumuşatacak ve denemelerimizde, zorluklarımızda ve sıkıntılarımızda destekleneceğiz.

Eğer içtenlikle tövbe edersek, alçakgönüllü olursak ve Rab’be güvenip O’na bel bağlarsak, yüreklerimiz yumuşayacaktır. Ardından Rab Ruhunu [üzerimize] dökerek ve bize cennetin sırlarını gösterecektir. O’nun öğrettiği tüm sözlerle inanacağız ve anlayışımız derinleşecektir.

Kurtarıcımız İsa Mesih yumuşak huyluluğun en büyük örneğiydi. 2. Nefi 31:7’de şöyle okuruz, “O’nun kutsal olduğunu bilmiyor musunuz? Ama kutsal olduğu halde, Baba’nın önünde kendisini bedenen alçalttığını insan çocuklarına gösterdi ve Baba’nın emirlerine itaat edeceğine dair Baba’ya tanıklık etti.” O, kutsal ve mükemmel olmasına rağmen, Baba’nın önünde kendini alçalttı ve vaftiz olarak O’na itaat etti.

Ölümlü hayatının sonunda, İsa Mesih acı kaseyi içerek kendi iradesini Babası’na teslim etti. Bu ızdırap O’nun “ağrılardan dolayı titremesine ve her gözeneğinden kan gelmesine ve hem bedenen hem de ruhen acı çekmesine” sebep oldu. Kurtarıcı, O’ndan “acı kaseyi içmemeyi ve geri çekilmeyi” diledi. “Buna rağmen,” O şöyle dedi, “Yücelik Baba’nın olsun ve ben acı kaseyi içtim ve insanların çocukları için hazırlıklarımı bitirdim.”

Kardeşlerim, bize ahlaki irade verildi. Yüreklerimizi katılaştırmayı ya da yumuşatmayı seçebiliriz. Günlük hayatlarımızda, Rab’in Ruhunu yüreklerimize getirmeye ve yüreklerimizde yaşamaya davet eden şeyleri yapmayı seçebiliriz. Bu seçimlerde huzur ve sevinç olduğunu biliyorum.

Baba’nın isteğini takip eden Kurtarıcımız İsa Mesih’in örneğini takip edelim. Biz bunu yaparsak, Rab bize şöyle vaat eder, “Çünkü işte, onlar yüreklerini katılaştırmazlarsa, civcivlerini kanatları altında toplayan bir tavuk gibi onları toplayacağım.” İsa Mesih’in adıyla, amin.