

S'encourager mutuellement

Par J. Anette Dennis

Première conseillère dans la présidence générale de la Société de Secours

Да се насърчаваме един друг

От сестра Дж. Анет Денис

Първи съветник в Общото президентство на Обществото за взаимопомощ

Conférence générale d'octobre 2025

Seul le Seigneur connaît pleinement nos limites et notre capacité personnelles, et pour cette raison, il est le seul entièrement qualifié pour juger nos performances.

J'ai lu récemment une histoire qui m'a profondément touchée. Elle s'est déroulée au USA Masters Track and Field National Championship, une compétition pour les personnes âgées.

L'un des participants à la course du 1 500 mètres, Orville Rogers, était âgé de 100 ans. L'auteur a écrit :

« Lorsque le coup de pistolet de départ a retenti, les coureurs se sont élancés et Orville s'est immédiatement retrouvé en dernière position, où il est resté seul pendant toute la course en avançant très lentement. [Lorsque] le dernier coureur, à part Orville, a terminé la course, il lui restait encore deux tours et demi à parcourir. Près de 3 000 spectateurs sont restés assis calmement, le regardant faire lentement le tour de la piste, complètement seul dans un silence inconfortable.

« [Cependant], lorsqu'il a entamé son dernier tour de piste, la foule s'est levée en l'applaudissant pour l'encourager. Lorsqu'il a abordé la dernière ligne droite, la foule était en liesse. En entendant les encouragements enthousiastes de milliers de spectateurs, Orville a puisé dans ses dernières réserves d'énergie. La foule a explosé de joie lorsqu'il a franchi la ligne d'arrivée où les autres concurrents l'ont accueilli à bras ouverts. Humblement et reconnaissant, Orville a salué la foule et a quitté la piste avec ses nouveaux amis. »

C'était la cinquième course d'Orville dans cette compétition, et dans chacune des autres

Само Господ познава напълно индивидуалните ни ограничения и способности и поради това Той е единственият, Който има пълно право да съди нашето представяне.

Наскоро четох за едно преживяване, което дълбоко ме трогна. Случката е от Националното първенство по лека атлетика „Мастърс“ на САЩ – състезание за възрастни хора.

Един от участниците в надпреварата на 1500 метра е 100-годишният Орвил Роджърс. Авторът пише:

„Когато стартовият пистолет произведе изстрел, бегачите стартираха, като Орвил веднага зае последно място, където остана сам по време на цялото състезание, влачейки се много бавно. Когато последният бегач освен Орвил финишира, Орвил все още имаше две обиколки и половина до края. Близко 3000 зрители седяха тихо, наблюдавайки го как бавно обикаля пистата – напълно, мълчаливо и неудобно сам.

Но когато той започна последната си обиколка, тълпата стана на крака, насърчавайки и аплодирайки го. Когато достигна финалната права, тълпата избухна. При насърчаващите възгласи на хиляди зрители, Орвил впрегна последните си запаси от енергия. Тълпата беше във възторг, когато той пресече финалната линия и беше прегърнат от съперниците си. Орвил смирено и с благодарност помахаше ръка към зрителите и се оттегли от пистата с новите си приятели“.

Това епетотоучастие на Орвил в състезанието, като във всяка от другите надпрева-

épreuves, il avait également terminé à la dernière place. Certaines personnes auraient été tentées de juger Orville, se disant qu'à son âge, il n'aurait même pas dû participer, qu'il n'avait pas sa place sur la piste, car il rallongeait considérablement chacune des épreuves pour tout le monde.

Malgré le fait qu'il terminait toujours dernier, Orville a battu cinq records du monde ce jour-là. Personne parmi les spectateurs n'aurait cru cela possible, mais ni eux ni les autres coureurs n'étaient les juges. Orville n'a enfreint aucune règle et les organisateurs n'ont pas abaissé le niveau des exigences. Il a participé à la même compétition et a rempli les mêmes exigences que tous les autres coureurs. Toutefois, il a été tenu compte de son niveau de difficulté, en l'occurrence son âge et ses capacités physiques limitées, puisqu'il concourait dans la catégorie des 100 ans et plus. Et dans cette catégorie, il a battu cinq records du monde.

Tout comme il a fallu beaucoup de courage à Orville chaque fois qu'il s'est élancé sur cette piste, il faut également beaucoup de courage à certains de nos frères et sœurs pour s'engager chaque jour dans l'arène de la vie, sachant qu'ils risquent d'être jugés injustement, alors qu'ils font de leur mieux pour suivre le Sauveur et respecter les alliances qu'ils ont contractées avec lui malgré une adversité décourageante.

Peu importe où nous vivons dans le monde, peu importe, notre âge, nous avons tous fondamentalement besoin d'éprouver un sentiment d'appartenance, de savoir que nous sommes désirés et nécessaires, et que notre vie a un sens et un but, quelles que soient notre situation ou nos limites.

Pendant le dernier tour de piste, la foule a massivement encouragé Orville, lui donnant la force de continuer. Cela n'avait aucune importance qu'il finisse dernier. Pour les athlètes et la foule, c'était beaucoup plus qu'une compétition. De bien des façons, c'était un bel exemple de l'amour du Sauveur en action. Lorsque Orville a terminé, ils se sont tous réjoui ensemble.

Tout comme le Masters Championship, nos assemblées et notre famille peuvent être des lieux de rassemblement où nous nous encourageons mutuellement – des communautés d'alliances nourries par l'amour du Christ les uns pour les autres – nous aidant à surmonter les difficultés

ри той заема отново последно място. Някои хора може да се изкушават да съдят Орвил, мислейки, че той дори не трябва да се състезава на тази възраст – че мястото му не е на пистата, защото събитията снеговотоучастие значително се проточват за всички останали.

Но въпреки че винаги финишира последен, Орвил чупи пет световни рекорда през този ден. Никой, който е свидетел как се състезава, не би повярвал, че това е възможно, но нито зрителите, нито неговите съперници са съдиите. Орвил не нарушава правилата, а длъжностните лица не снижават стандартите. Той пробягва същото разстояние и отговаря на същите изисквания като всички останали състезатели. Но неговата степен на трудност – в неговия случай възрастта му и ограничените му физически възможности – са взети под внимание, за да бъде поставен във възрастовата категория 100+. А в тази категория той чупи пет световни рекорда.

Точно както на Орвил му коства голяма смелост да стъпва на тази писта всеки път, на някои от нашите сестри и братя също им коства голяма смелост да стъпват на житейската арена всеки ден, знаейки че е възможно да бъдат съдени несправедливо, въпреки че правят всичко по силите си, в условията на плашеща неравнопоставеност, да следват Спасителя и да почитат заветите си с Него.

Без значение къде живеем по света, без значение от възрастта ни, завсичкина е основна човешка потребност да изпитваме чувство на принадлежност, да чувстваме, че сме желани и нужни и че животът ни има цел и смисъл, независимо от нашите обстоятелства или ограничения.

По време на последната обиколка от състезанието, тълпата бурно насърчава Орвил, давайки му силата да продължи напред. Няма значение, че той финишира последен. За участниците и тълпата това е много повече от състезание. По много начини, това е прекрасен пример за любовта на Спасителя в действие. Когато Орвил финишира, те всички се радват заедно.

Подобно на първенството „Мастърс“, нашите конгрегации и семейства могат да бъдат места за събиране, където си даваме кураж едни на други – заветни общности, движени от Христовата любов помежду ни – помагайки си взаимно, за да преодоляваме

que nous rencontrons, nous apportant force et soutien sans nous juger les uns les autres. Nous avons besoin les uns des autres. La force divine vient de l'unité c'est pourquoi Satan cherche à nous diviser.

Malheureusement, pour certains d'entre nous, il peut parfois être difficile d'assister aux réunions de l'église pour diverses raisons. Ce peut être causé par des questions spirituelles, de l'anxiété sociale ou une dépression. C'est peut-être lié au fait d'être d'une ethnie ou d'un pays différent, ou d'avoir des expériences de vie ou des points de vue différents qui font penser à une personne qu'elle n'arrivera jamais à s'intégrer. Il peut même s'agir de parents en manque de sommeil et épuisés émotionnellement par des bébés et de jeunes enfants ou de quelqu'un qui est célibataire dans une assemblée remplie de couples et de familles. Ce peut être une personne ayant besoin de trouver le courage de revenir à l'église après des années d'absence ou rongée par l'idée qu'elle ne sera jamais à la hauteur ni à sa place.

Russell M. Nelson a dit : « Un couple de votre paroisse qui divorce, un jeune qui rentre prématurément de mission ou un adolescent qui remet son témoignage en question n'ont pas besoin de votre jugement. Ils ont besoin de percevoir l'amour pur de Jésus-Christ dans vos paroles et vos actions. »

Notre expérience à l'église est destinée à créer des liens essentiels avec le Seigneur et entre nous, si précieux pour notre bien-être émotionnel et spirituel. Un élément inhérent aux alliances que nous contractons avec Dieu, tout d'abord au baptême, est notre responsabilité de s'aimer et de se soutenir les uns les autres en tant que membres de la famille de Dieu, membres du corps du Christ, mais pas seulement pour cocher une case sur une liste de choses à faire.

L'amour et le soin que nous prenons les uns des autres à la manière du Christ est d'une nature plus élevée et plus sainte. L'amour pur du Christ est la charité. Russell M. Nelson a enseigné : « La charité nous pousse à 'porter les fardeaux les uns des autres' [Mosiah 18:8] et non à se les amoncelers uns sur les autres. »

Le Sauveur a dit : « À ce que vous reconnaîtrez que vous êtes mes disciples, si vous avez de l'amour les uns pour les autres. » Russell M. Nel-

с всички трудности, пред които се изправяме, укрепвайки и насърчавайки се взаимно, без да се съдим. Ние се нуждаем един от друг. Божествената сила идва от единството и това е причината Сатана да се стреми да ни разделя.

За съжаление, за някои от нас посещаването на църковните събрания понякога може да е трудно по най-различни причини. Може да е някой, който се бори с въпроси от религиозно естество, или някой с прояви на тревожност в обществена среда или депресия. Може да е някой от друга държава или от друга раса, някой с различни житейски преживявания или възгледи, който може да чувства, че не се вписва в обстановката. Може да са дори лишени от сън и емоционално изтощени родители на бебета и малки деца или някой несемеен, намиращ се в конгрегация, пълна с двойки и семейства. Може да е и някой, който събира смелост да се завърне след години отсъствие или някой с натрапчивото чувство, че просто не е на необходимото ниво и никога няма да принадлежи.

Президент Ръсел М. Нелсън казва: „Ако двойка във вашия район се разведе или млад мисионер се завърне у дома рано, или пък тийнейджър се съмнява в свидетелството си, те не се нуждаят от осъждането ви. Те имат нуждата да усещат чистата любов на Исус Христос чрез вашите думи и действия“.

Преживяванията ни в Църквата имат за цел да осигуряват жизненоважни взаимоотношения с Господ и помежду ни, които са така необходими за нашето духовно и емоционално благополучие. Присяща за заветите, които сключваме с Бог, като се започне с кръщението, е нашата отговорност да се обичаме и да се грижим едни за другите членове на Божието семейство, части на Христовото тяло, а не просто да отмятаме неща в списък със задачи, които трябва да свършим.

Христовата любов е по-висша и по-свята. Чистата любов Христова е милосърдието. Както учи президент Нелсън: „Милосърдието ни мотивира да „носи(м) един другиму тегите си“ (Мосия 18:8), а не да се обисипваме горест един друг“.

Спасителят казва: „Потоваще познаят всички, че сте Мои ученици, ако имате любов помежду си“. А президент Нелсън добавя:

son a ajouté : « La charité est la caractéristique principale d'un vrai disciple de Jésus-Christ. [...] Le message du Sauveur est clair : ses vrais disciples édifient, élèvent, encouragent, persuadent et inspirent. [...] La façon dont nous nous adressons à d'autres personnes et parlons d'elles [...] importe vraiment. »

Les enseignements du Sauveur à ce sujet sont très simples. Ils sont résumés dans la règle d'or : Tout ce que vous voulez que les hommes fassent pour vous, faites-le de même pour eux. Mettez-vous à la place de cette personne et traitez-la comme vous aimeriez être traité si vous étiez à sa place.

Traiter les autres à la manière du Christ s'étend largement au-delà de notre famille et de nos assemblées. Cela inclut nos sœurs et nos frères d'autres confessions ou sans confession du tout. Mais aussi ceux qui viennent d'autres pays ou cultures, ou qui ont des opinions politiques différentes des nôtres. Nous faisons tous partie de la famille de Dieu et il aime tous ses enfants. Il désire que ses enfants l'aiment l'un et l'autre.

La vie du Sauveur était un exemple d'amour, il rassemblait et édifiait même ceux que la société avait jugés comme parias et impurs. Il est un exemple qu'il nous est commandé de suivre. Nous sommes ici pour acquérir les attributs du Christ et devenir un jour comme notre Sauveur. Son Évangile n'est pas une liste de tâches à effectuer, c'est un Évangile de changement, pour devenir comme lui et aimer comme il le fait. Il veut que nous devenions un peuple de Sion.

À la fin de ma vingtaine, j'ai traversé une période de profonde dépression et, pendant cette période, c'était comme si la réalité que Dieu existait avait soudainement disparue. Je ne peux pas vraiment expliquer ce que je ressentais, mais je me sentais complètement perdue. Depuis que j'étais petite fille, j'avais toujours su que mon Père céleste était là et que je pouvais lui parler. Mais pendant cette période, je ne savais plus s'il y avait un Dieu. Je n'avais jamais rien vécu de semblable auparavant et j'avais l'impression que toutes mes croyances fondamentales s'écroulaient.

Pour cette raison, j'avais du mal à aller à l'église. J'y allais, mais c'était en partie parce que j'avais peur qu'on dise que j'étais « non prati-

„Милосърдието е основната черта на един истински последовател на Исус Христос. (...) Посланието на Спасителя е ясно: Неговите истински ученици изграждат, повдигат, насърчават, убеждават и вдъхновяват. (...) Как говорим на другите и за тях (...) наистина е от значение“.

Учението на Спасителя по този въпрос е много просто. То е обобщено в Златното правило: „И така, всяко нещо, което желаете да правят хората на вас, така и вие правете на тях“. Поставете се на мястото на даден човек и се отнасяйте към него по начин, по който вие бихте искали да се отнасят към вас, ако сте на негово място.

Христовото отношение към другите се простира от външните семейства и конгрегации. То включва нашите сестри и братя от други религии, както и тези, които не вярват. То включва нашите братя и сестри от други страни и култури, както и онези с различни политически възгледи. Всички ние сме част от семейството на Бог, а Той обича всички Свои чедра. Той желае Неговите чедра да Го обичат и също да се обичат едни други.

Животът на Спасителя е пример за любов, събиране и повдигане на духа дори на хора, които обществото е заклеймил като отхвърлени и нечисти. Той е пример, който ни е заповядано да следваме. Тук сме, за да развиваме Христови качества и в крайна сметка да станем подобни на нашия Спасител. Неговото Евангелие не е Евангелие на списъци с отметки, а Евангелие на промяната – да ставаме такива, какъвто е Той и да обичаме така, както Той обича. Той желае ние да станем народа на Сион.

Към края на 20-те си години преминах през период на дълбока депресия и през това време сякаш реалността, че Бог съществува, изведнъж изчезна. Не мога напълно да обясня това чувство, освен да кажа, че се чувствах напълно изгубена. От ранното си детство винаги съм знаела, че моят Отец в небесата съществува и че мога да разговарям с Него. Но в периода ми на депресия вече не знаех дали има Бог. Никога преди в живота си не бях преживявала подобно състояние и имам чувството, че цялата ми основа се разпада.

В резултат на това за мен беше трудно да посещавам църковните събрания. Ходех, но отчасти беше, защото се страхувах да не бъда

quante » ou « moins fidèle » et je craignais de devenir un « projet » attribué à quelqu'un. Ce dont j'avais vraiment besoin à ce moment-là, c'était de ressentir l'amour, la compréhension et le soutien sincères des gens autour de moi, et non d'être jugée.

Certaines des suppositions que je craignais que les gens fassent à mon sujet, je les avais moi-même faites à propos d'autres personnes quand elles n'assistaient pas régulièrement aux réunions de l'Église. Cette expérience personnelle douloureuse m'a appris des leçons précieuses sur les raisons pour lesquelles il nous est commandé de ne pas nous juger injustement les uns les autres.

Y a-t-il parmi nous des personnes qui souffrent en silence, craignant que leurs combats cachés ne soient découverts parce qu'elles ne savent pas comment les autres réagiront ?

Seul le Seigneur connaît pleinement le niveau réel de difficulté avec lequel chacun de nous mène sa vie, les fardeaux que nous portons, les difficultés et les obstacles que nous affrontons et qui sont souvent invisibles aux yeux des autres. Lui seul comprend pleinement les blessures et les traumatismes qui ont bouleversé la vie de certains d'entre nous dans le passé et qui continuent de nous affecter aujourd'hui.

Souvent, nous nous jugeons nous-mêmes sévèrement, pensant que nous devrions être bien plus loin sur le chemin. Seul le Seigneur connaît pleinement nos limites et notre capacité personnelles, c'est pourquoi il est le seul pleinement qualifié pour juger nos performances.

Sœurs et frères, soyons comme les spectateurs de cette histoire et encourageons-nous mutuellement dans notre parcours de disciple, peu importe notre situation ! Il n'est pas nécessaire d'enfreindre des règles ou d'abaisser le niveau des exigences. C'est en fait le deuxième grand commandement, aimer notre prochain comme nous-mêmes. Et, comme notre Sauveur l'a dit : « Toutes les fois que vous avez fait ces choses à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous les avez faites », bonnes ou mauvaises. Il nous a aussi dit : « Si vous n'êtes pas un, vous n'êtes pas de moi. »

Dans la vie de chacun de nous, il y aura des moments où nous serons ceux qui ont besoin d'aide et d'encouragement. Engageons-nous dès maintenant à toujours nous soutenir les uns les autres. En agissant ainsi, nous parviendrons à

наричана „неактивна“ или „с малко вяра“ и защото се страхувах да не стана нечий възлюбен проект. Това, от което наистина се нуждаех по това време, беше да чувствам искрена любов, разбиране и подкрепа от хората около мен, а не осъждане.

Някои от предположенията, които се страхувах, че хората ще направят за мен, аз сама таях правила за други, когато те не посещавах редовно църковните събрания. Това болезнено лично преживяване ме научи на някои ценни уроци относно причините, поради които ни е заповядано да не съдим един друг несправедливо.

Има ли сред нас хора, които страдат мълчаливо, страхувайки се другите да не разберат за скритите им трудности, защото не знаят каква ще бъде реакцията им ?

Само Господ е напълно наясно с действителното ниво на трудност, с което всеки от нас бяга в нашето житейско състезание – бремето, трудностите и препятствията, пред които сме изправени, а другите често не могат да видят. Само Той напълно разбира променящите живота ранни травми, които някои от нас може да са изпитали в миналото и които все още ни влияят в настоящето.

Често ние съдим дори себе си сурово, мислейки, че трябва да сме много по-напред по пътеката. Само Господ познава напълно индивидуалните ни ограничения и способности и поради това Той е единственият, Който има пълното право да съди нашето представяне.

Сестри и братя, нека бъдем като онези зрители в историята и да се насърчаваме един други в нашето пътуване в ученичеството, независимо от нашите обстоятелства! Това не изисква от нас да нарушаваме правилата или да снижаваме стандартите. Всъщност става въпрос за втората голяма заповед – да възлюбим ближните си, както себе си. И както Спасителят казва: „Понеже сте направили това на един от тези най-малки (...) на Мене сте го направили“, за добро или за зло. Той също така ни казва: „... ако не сте едно, не сте Мои“.

Ще има моменти в живота на всеки от нас, когато ние ще бъдем тези, които се нуждаят от помощ и насърчение. Нека сега поемем отговорността винаги да правим това един за друг. По този начин ще постигаме

une plus grande unité et donnerons au Sauveur l'occasion d'accomplir son œuvre sacrée, celle de guérir et de transformer chacun de nous.

À chacun de vous qui avez peut-être l'impression d'être très à la traîne dans la course de la vie, ce voyage dans la condition mortelle, n'abandonnez pas. Seul le Sauveur peut juger pleinement où vous devriez être aujourd'hui, et il est compatissant et juste. Il est le grand juge de la course de la vie et le seul à comprendre pleinement le niveau de difficultés selon lequel vous courez, marchez ou avancez lentement. Il tiendra compte de vos limites, de vos capacités, de votre vécu, des fardeaux cachés que vous portez, ainsi que des désirs de votre cœur. Vous êtes peut-être en train de battre des records du monde symboliques. Ne perdez pas espoir. Continuez d'avancer ! Restez ! Vous avez votre place ici ! Le Seigneur a besoin de vous et nous avons besoin de vous !

Où que vous viviez dans le monde, aussi loin que cela puisse être, n'oubliez jamais que votre Père céleste et votre Sauveur vous connaissent parfaitement et vous aiment d'un amour parfait. Ils ne vous oublient jamais. Ils veulent vous ramener à eux.

Gardez les yeux fixés sur le Sauveur. Il est votre barre de fer. Ne le lâchez pas. Je témoigne qu'il vit et que vous pouvez lui faire confiance. Je témoigne aussi qu'il vous encourage.

Je prie pour que nous suivions tous l'exemple du Sauveur et nous encourageons mutuellement. Au nom de Jésus-Christ. Amen.

по-голямо единство и ще съдействаме за среда, в която Спасителят ще върши Своего свято дело на изцеление и промяна за всеки от нас.

Всички вие, които може да чувствате, че изоставате значително в това състезание на живота, в това пътуване през земния живот, моля ви, продължавайте напред. Само Спасителят може напълно да отсъди къде трябва да сте в този момент, а Той е състрадателен и справедлив. Той е Великият Съдия в състезанието на живота и единственият, Който напълно разбира нивото на трудност, при което бягате, вървите или се влачите. Той ще вземе предвид вашите ограничения, вашите способности, житейските ви преживявания и скритото бreme, което носите, както и желанията на сърцето ви. Вие всъщност може би също чупите световни рекорди, образно казано. Моля ви, не губете надежда. Моля ви, продължавайте напред! Моля ви, останете! Виена истинно принадлежите! Господ се нуждае от вас и ние се нуждаем от вас!

Където и да живеете по света, колкото и отдалечени да сте, моля ви, винаги помнете, че вашият Отец в небесата и вашият Спасител ви познават напълно и ви обичат съвършено. Теникогане ви забравят. Те искат да ви заведат у дома.

Не откъсвайте поглед от Спасителя. Той е вашият прът от желязо. Дръжте се здраво за Него. Свидетелствам, че Той живее и че вие можете да се упоавате на Него. Свидетелствам също, че Той ви подкрепя.

Нека всички ние да следваме примера на Спасителя и да се подкрепяме един други – това е моята молитва, в името на Исус Христос, амин.