

La recette de la Bonne nouvelle

Par John D. Amos
des soixante-dix

Η συνταγή των καλών νέων

Από τον Πρεσβύτερο Τζων Ν. Έιμος
Των Εβδομήκοντα

Conférence générale d'octobre 2025

Comment inviter davantage Jésus-Christ dans sa vie ?

Si vous avez déjà visité l'État d'où je viens, la Louisiane, vous connaissez probablement beaucoup de nos délicieux plats : le gumbo, le jambalaya, l'étouffée et bien d'autres.

De temps en temps, je me sens assez courageux pour préparer l'un de ces plats savoureux. La dernière étape implicite de chaque recette, après avoir mélangé tous les ingrédients et suivi toutes les instructions, consiste à goûter une dernière fois afin de vérifier qu'il ne manque rien. En général, à ce stade, j'entends les grands chefs cuisiniers créoles me chuchoter à l'oreille : « Rajoute encore de l'assaisonnement spécial Tony ! » L'assaisonnement spécial Tony est un mélange d'épices créole de ma ville natale, Opelousas, en Louisiane. Il sert souvent d'« ingrédient secret » pour rectifier les erreurs commises lors de la préparation de la recette.

Mon épouse, Michelle, et moi avons eu l'honneur de servir en tant que dirigeants de mission en Louisiane. Lors de la dernière soirée de nos missionnaires au foyer de la mission, avant qu'ils ne retournent auprès de leur famille, nous avions pour tradition de leur apprendre à cuisiner la recette spéciale du jambalaya de Michelle. En plus de leur témoignage de l'Évangile rétabli de Jésus-Christ, nos missionnaires quittaient la mission avec un goût pour la cuisine.

Il y a quelques mois, je parcourais la page « Médias de l'Évangile » quand j'ai vu un lien vers une série de courtes vidéos intitulée Conversations sur le rétablissement avec Russell M. Nel-

Πώς θα ήταν να προσθέσετε περισσότερο Ιησού Χριστό στη ζωή σας;

Εάν έχετε επισκεφθεί ποτέ την πατρίδα μου, τη Λουιζιάνα, πιθανότατα είστε εξοικειωμένοι με πολλά από τα νόστιμα πιάτα μας – γκάμπο, τζαμπαλάια, έτουφε και η λίστα συνεχίζεται.

Κατά καιρούς, νιώθω αρκετά τολμηρός για να μαγειρέψω μία από αυτές τις νόστιμες συνταγές. Το τελικό βήμα που δεν αναφέρεται στις οδηγίες, μετά την ανάμειξη όλων των συστατικών και την εφαρμογή των λεπτομερών οδηγιών, είναι να δοκιμάσετε τελικά τη γεύση και να δείτε αν λείπει κάτι. Σε εκείνο το σημείο, μπορώ να ακούσω τους θρύλους της κρεολικής μαγειρικής να ψιθυρίζουν στα αφτιά μου: «Βάλε περισσότερο Tony's σε αυτό». Το Tony's είναι ένα κρεολικό καρύκευμα που παρασκευάζεται στην Οπελούσας της Λουιζιάνας, τη γενέτειρά μου. Συχνά χρησιμοποιείται ως το «μυστικό συστατικό» για να αντισταθμίσει τις ατέλειες που γίνονται ακολουθώντας τη συνταγή.

Η σύζυγός μου, Μισέλ, και εγώ είχαμε την τιμή να υπηρετήσουμε ως ηγέτες ιεραποστολής στη Λουιζιάνα. Είχαμε μια παράδοση να μαθαίνουμε στους ιεραπόστολους πώς να μαγειρεύουν την ξεχωριστή συνταγή της για τζαμπαλάια την τελευταία τους νύχτα στο οίκημα της ιεραποστολής, πριν επιστρέψουν στις οικογένειές τους. Εκτός από τις μαρτυρίες τους για το αποκατεστημένο Ευαγγέλιο του Ιησού Χριστού, οι ιεραπόστολοί μας έφευγαν από την ιεραποστολή με εκτίμηση για τις συνταγές.

Πριν από μερικούς μήνες, περιηγούμεν στη Βιβλιοθήκη Πολυμέσων της Εκκλησίας και είδα έναν σύνδεσμο για μια συλλογή σύντομων βίντεο με τίτλο Συνομιλίες Αποκατάστασης με

son. Le titre d'une des vidéos de la série a retenu mon attention et m'a fait sourire. La vidéo s'intitulait « Les Écritures sont les recettes de Dieu pour une vie heureuse ». J'ai immédiatement cliqué sur la vidéo et regardé le président Nelson enseigner à un groupe d'enfants de la Primaire un message simple et puissant sur la façon d'être heureux. Il a dit : « Si vous faites un gâteau, vous suivez la recette, n'est-ce pas ? Et vous obtenez un bon résultat à chaque fois, non ? »

Il a poursuivi en évoquant son 95^{anniver-}saire qui approchait : « Les gens me demandent souvent : 'Qu'est-ce que vous mangez ? Quel est votre secret ?' » Ce à quoi il a répondu : « Le secret, ce sont les Écritures. Lisez-les et mettez en application les principes qu'elles contiennent. »

Voilà, le secret d'une vie heureuse est simple : il suffit de suivre la recette que Dieu nous donne dans les Écritures. C'est ce que j'appelle la « recette de la Bonne nouvelle ».

Que faire si quelque chose ne se passe pas comme prévu en suivant la recette ? Eh bien, dans la recette de la Bonne nouvelle, il y a un « ingrédient secret » qui garantit qu'à la fin, ce sera toujours une réussite. La réponse, c'est toujours Jésus-Christ.

Nous traversons tous des moments où nous doutons de la qualité de nos ingrédients, où nous avons du mal à suivre les instructions, où nous passons trop vite à l'étape suivante, où quelque chose que nous ne maîtrisons pas se produit, etc.

Comment y remédier ? Il suffit d'ajouter davantage d'actions qui invitent Jésus-Christ à faire partie de notre vie.

Concrètement, comment inviter davantage Jésus-Christ dans sa vie ?

Lorsque j'étais président de mission, toutes les six semaines j'avais le plaisir de m'entretenir avec chacun de nos jeunes missionnaires. Pendant ces entretiens individuels, les missionnaires demandaient souvent conseil sur la façon d'améliorer l'efficacité de leur équipe.

Un jour, un missionnaire est arrivé pour son entretien individuel et s'est assis. J'ai immédiatement vu, à son attitude, que quelque chose le tracassait profondément. Je lui ai demandé : «

τον Πρόεδρο Ράσσελ Μ. Νέλσον¹. Ο τίτλος ενός από τα σύντομα βίντεο στη λίστα τράβηξε την προσοχή μου και με έκανε να χαμογελάσω. Ονομάζεται: «Οι γραφές είναι οι συνταγές του Θεού για ευτυχισμένη ζωή». Αμέσως έκανα κλικ στο βίντεο διάρκειας δύο λεπτών και παρακολούθησα τον Πρόεδρο Νέλσον να διδάσκει σε μια ομάδα παιδιών της Προκαταρκτικής ένα απλό και δυνατό μήνυμα για το πώς να είμαστε ευτυχισμένοι. Δίδαξε: «Αν φτιάχνεις ένα κέικ, ακολουθείς τις οδηγίες, έτσι δεν είναι; Και θα έχεις ένα καλό αποτέλεσμα κάθε φορά, έτσι δεν είναι;»

Συνέχισε, μιλώντας για το γεγονός ότι σύντομα θα γινόταν 95 ετών: «Οι άνθρωποι λένε: "Τι τρως; Ποιο είναι το μυστικό σου;"» Απήντησε: «Το μυστικό ονομάζεται γραφές. Μπορείτε να τις διαβάσετε και να τις δοκιμάσετε».

Λοιπόν, έτσι έχουν τα πράγματα. Το απλό μυστικό για μια ευτυχισμένη ζωή είναι απλώς να ακολουθούμε τη συνταγή του Θεού όπως περιγράφεται λεπτομερώς στις γραφές. Την αποκαλώ η «συνταγή των καλών νέων».

Τι κάνετε αν κάτι πάει στραβά, όταν ακολουθείτε τη συνταγή; Βασικά, ενσωματωμένο στη συνταγή των καλών νέων είναι το «μυστικό συστατικό» για να διασφαλίσετε ότι το κάνετε πάντα σωστά στο τέλος. Η απάντηση είναι πάντα ο Ιησούς Χριστός.

Νομίζω ότι όλοι έχουμε στιγμές που νιώθουμε ότι τα υλικά μας δεν είναι αρκετά καλά ή δυσκολευόμαστε να ακολουθήσουμε τις οδηγίες ή ίσως κάνουμε κάτι εκτός σειράς ή συμβαίνει κάτι που είναι πέρα από τον έλεγχό μας, και ούτω καθεξής.

Ποια είναι η λύση; Είναι απλά να προσθέσετε περισσότερα από αυτά που προσκαλούν τον Ιησού Χριστό στη ζωή σας.

Επομένως, πώς θα ήταν να προσθέσετε περισσότερο Ιησού Χριστό στη ζωή σας;

Ενώ υπηρετούσα ως πρόεδρος ιεραποστολής, είχα την ευχαρίστηση να συναντώ προσωπικά τον καθέναν από τους νέους ιεραποστόλους μας κάθε έξι εβδομάδες. Κατά τη διάρκεια της ατομικής συνάντησης, ήταν συνηθισμένο οι ιεραπόστολοι να ζητούν καθοδήγηση σχετικά με τον τρόπο βελτίωσης της αποτελεσματικότητας των συνεργασιών τους ανά δύο.

Σε μία περίπτωση, ένας ιεραπόστολος ήλθε στην προσωπική του συνέντευξη και κάθισε. Από τη γλώσσα του σώματός του κατάλαβα ότι κάτι τον απασχολούσε πολύ. Ρώτησα: «Πρεσβύτερε,

Frère, de quoi aimeriez-vous que nous parlions aujourd'hui ? » Il m'a alors décrit les difficultés qu'il rencontrait avec son collègue et la façon dont cela affectait leur travail missionnaire. Les larmes aux yeux, il m'a regardé et m'a demandé : « Président, que dois-je faire ? »

À ce moment-là, je ne savais honnêtement pas quoi répondre. Après un instant, je lui ai demandé s'il était d'accord pour que nous nous mettions à genoux et priions ensemble afin d'être guidés par le Saint-Esprit. Il a accepté, et nous nous sommes agenouillés pour prier et recevoir l'inspiration.

Après la prière, nous sommes restés à genoux un petit moment, puis nous sommes retournés nous asseoir face à face. Je lui ai demandé si nous pouvions lire ensemble un passage des Écritures. En ouvrant les Écritures, je me suis arrêté et je lui ai dit : « Frère, pendant que nous lisons ce verset, posez-vous la question suivante : 'Si je mets en pratique ces vertus, cela améliorera-t-il ma relation avec mon collègue et notre travail missionnaire ?' »

Nous avons ensuite lu Moroni 7:45 à haute voix : « Et la charité est patiente, et est pleine de bonté, et n'est pas envieuse, et ne s'enfle pas d'orgueil, ne cherche pas son intérêt, ne s'irrite pas, ne soupçonne pas le mal, et ne se réjouit pas de l'injustice, mais se réjouit de la vérité, excuse tout, croit tout, espère tout, supporte tout. »

Le missionnaire m'a alors regardé, les larmes aux yeux, et a dit : « Oui, président, mais ce n'est pas facile à faire. » J'ai acquiescé, puis je lui ai rappelé qu'il était un fils de Dieu, doté du potentiel divin d'y parvenir, avec l'aide du Seigneur.

Nous avons ensuite brièvement parlé de la parabole de la pente enseignée par Clark G. Gilbert, des soixante-dix. Cette parabole nous rappelle que nous devons commencer là où nous en sommes et, avec le Seigneur, avancer dans la bonne direction, c'est-à-dire vers les cieux. Je voyais qu'il se sentait encore un peu dépassé par ce qu'il allait devoir faire, alors je lui ai demandé d'expliquer l'Écriture qui dit : « C'est par des choses petites et simples que de grandes choses sont réalisées. » Il a alors expliqué le concept selon lequel, lorsque nous accomplissons des choses petites et simples, de grandes choses peuvent se produire. Je lui ai demandé de réfléchir et de trouver deux petites choses simples qu'il pourrait faire pour faire preuve de gentillesse envers son

τι θα ήθελες να συζητήσουμε σήμερα;» Συνέχισε περιγράφοντας μερικές από τις δυσκολίες που είχε με τον συνάδελφό του και πώς αυτό επηρέαζε την ικανότητά τους να κάνουν το ιεραποστολικό έργο. Με δάκρυα στα μάτια του, με κοίταξε και ρώτησε: «Πρόεδρε, τι πρέπει να κάνω;»

Σε αυτή την περίπτωση, ειλικρινώς δεν ήξερα πώς να απαντήσω. Ύστερα από μία σύντομη στιγμή, τον ρώτησα αν ήταν εντάξει να γονατίσουμε μαζί σε προσευχή για καθοδήγηση από το Πνεύμα. Συμφώνησε και γονατίσαμε μαζί και προσευχηθήκαμε για έμπνευση.

Μετά την προσευχή, συνεχίσαμε να γονατίζουμε για λίγη ώρα και μετά καθίσαμε στις καρέκλες μας αντικριστά. Ρώτησα αν θα μπορούσαμε να διαβάσουμε μία γραφή μαζί. Καθώς ανοίξαμε τις γραφές μας, σταμάτησα και του είπα: «Πρεσβύτερε, καθώς διαβάζουμε αυτή την γραφή, παρακαλώ αναρωτήσου το εξής: Αν ζήσω σύμφωνα με αυτά τα χαρακτηριστικά, θα βελτιωθεί η σχέση μου με τον συνάδελφό μου και το ιεραποστολικό μας έργο;»

Μετά ανοίξαμε το Μορόνι 7:45 και διαβάσαμε δυνατά: «Και η αγνή αγάπη μακροθυμεί και αγαθοποιεί και δεν ζηλοφθονεί, δεν υπερηφανεύεται, δεν ζητεί τα δικά της, δεν εξάπτεται, δεν συλλογίζεται το κακό, και δεν χαίρεται στην αδικία αλλά χαίρεται στην αλήθεια, τα πάντα ανέχεται, τα πάντα πιστεύει, τα πάντα ελπίζει, τα πάντα υπομένει».

Ο πρεσβύτερος τότε με κοίταξε με δάκρυα στα μάτια του και είπε: «Ναι Πρόεδρε, αλλά αυτό είναι δύσκολο να γίνει». Συμφώνησα και του υπενθύμισα ότι είναι υιός του Θεού με θεία δυνατότητα να το κάνει μαζί με τον Κύριο.

Κατόπιν συζητήσαμε εν συντομία την παραβολή της πλαγιάς, που δίδαξε ο Πρεσβύτερος Κλαρκ Γ. Γκίλμπερτ των Εβδομήκοντα, η οποία μας θύμιζε ότι πρέπει να ξεκινήσουμε από εκεί όπου είμαστε και, μαζί με τον Κύριο, να προχωρήσουμε προς τα εμπρός και προς τα πάνω σε μία θετική κατεύθυνση. Μπορούσα να πω ότι ακόμη αισθανόταν λίγο καταβεβλημένος με τα επόμενα βήματα, έτσι του ζήτησα να περιγράψει την κατανόησή του για τη γραφή «με μικρά και απλά πράγματα πραγματοποιούνται σπουδαία πράγματα». Συνέχισε περιγράφοντας την ιδέα ότι κάνοντας μικρά και απλά πράγματα, σπουδαία πράγματα μπορούν να συμβούν. Του ζήτησα να αφιερώσει ένα λεπτό και να προσδιορίσει δύο μικρά και απλά πράγματα που θα μπορούσε να

collègue.

Après quelques instants, il m'a fait part de ses idées. Je l'ai ensuite invité à prendre une minute pour trouver deux petites choses simples qui lui permettraient de faire preuve de patience envers son collègue. Il m'a fait part de ses idées presque immédiatement. Il était évident qu'il y avait déjà réfléchi avant notre entretien. Je l'ai invité à présenter ces deux idées à Dieu par la prière, et à demander confirmation, conseils et inspiration pour mettre ce plan en œuvre avec une intention réelle. Il a accepté. Pour conclure, je lui ai demandé de me tenir au courant de ses progrès dans sa lettre hebdomadaire.

Au cours des semaines suivantes, j'ai constaté dans ses lettres que la situation s'améliorait. Je pouvais non seulement voir cette amélioration dans ses lettres, mais également dans celles de son collègue. Lors de notre entretien suivant, son attitude et son état d'esprit étaient complètement différents. C'était le jour et la nuit. Je lui ai demandé : « Alors, frère, est-il vrai que 'la charité ne périt jamais' ? » Avec un grand sourire, il a répondu : « Oui, et c'est par des choses petites et simples que de grandes choses sont réalisées. »

Quand vous suivez la recette de la Bonne nouvelle pour une vie heureuse, souvenez-vous de ce que le président Nelson a enseigné : « Quels que soient vos problèmes ou vos questions, la réponse se trouve toujours dans la vie et les enseignements de Jésus-Christ. Apprenez-en davantage sur son expiation, son amour, sa miséricorde, sa doctrine et son Évangile rétabli de guérison et de progression. Tournez-vous vers lui ! Suivez-le ! »

Lorsque vous avez besoin de « l'écouter » et de savoir comment inviter Jésus-Christ à faire partie de votre vie, pensez à suivre les étapes que le président Nelson nous a enseignées concernant la révélation personnelle :

« Trouvez un endroit tranquille où vous rendre régulièrement. Humiliez-vous devant Dieu. Épanchez votre cœur à votre Père céleste. Tournez-vous vers lui pour trouver des réponses et du réconfort.

« Priez au nom de Jésus-Christ pour vos soucis, vos craintes, vos faiblesses, oui, pour les

faites pour que vous soyez évangélistes avec votre frère.

Après quelques instants, il m'a fait part de ses idées. Je l'ai ensuite invité à prendre une minute pour trouver deux petites choses simples qui lui permettraient de faire preuve de patience envers son collègue. Il m'a fait part de ses idées presque immédiatement. Il était évident qu'il y avait déjà réfléchi avant notre entretien. Je l'ai invité à présenter ces deux idées à Dieu par la prière, et à demander confirmation, conseils et inspiration pour mettre ce plan en œuvre avec une intention réelle. Il a accepté. Pour conclure, je lui ai demandé de me tenir au courant de ses progrès dans sa lettre hebdomadaire.

Au cours des semaines suivantes, j'ai constaté dans ses lettres que la situation s'améliorait. Je pouvais non seulement voir cette amélioration dans ses lettres, mais également dans celles de son collègue. Lors de notre entretien suivant, son attitude et son état d'esprit étaient complètement différents. C'était le jour et la nuit. Je lui ai demandé : « Alors, frère, est-il vrai que 'la charité ne périt jamais' ? » Avec un grand sourire, il a répondu : « Oui, et c'est par des choses petites et simples que de grandes choses sont réalisées. »

Quand vous suivez la recette de la Bonne nouvelle pour une vie heureuse, souvenez-vous de ce que le président Nelson a enseigné : « Quels que soient vos problèmes ou vos questions, la réponse se trouve toujours dans la vie et les enseignements de Jésus-Christ. Apprenez-en davantage sur son expiation, son amour, sa miséricorde, sa doctrine et son Évangile rétabli de guérison et de progression. Tournez-vous vers lui ! Suivez-le ! »

Lorsque vous avez besoin de « l'écouter » et de savoir comment inviter Jésus-Christ à faire partie de votre vie, pensez à suivre les étapes que le président Nelson nous a enseignées concernant la révélation personnelle :

« Trouvez un endroit tranquille où vous rendre régulièrement. Humiliez-vous devant Dieu. Épanchez votre cœur à votre Père céleste. Tournez-vous vers lui pour trouver des réponses et du réconfort.

« Priez au nom de Jésus-Christ pour vos soucis, vos craintes, vos faiblesses, oui, pour les

aspirations mêmes de votre cœur. Et ensuite, écoutez ! Notez les pensées qui vous viennent à l'esprit. Notez vos sentiments et faites ce que vous vous sentez poussés à faire. En répétant ce processus jour après jour, mois après mois, année après année, vous 'progresserez dans le principe de la révélation' »

Je sais que Jésus-Christ est notre Sauveur et Rédempteur. Il a « accompli tout ce dont nous avons besoin pour retourner auprès de [notre] Père céleste ». Au nom de Jésus-Christ. Amen.

σας – ναι, τις πιο βαθιές επιθυμίες της καρδιάς σας. Και μετά ακούστε! Γράψτε τις σκέψεις που έρχονται στο μυαλό σας. Καταγράψτε τα συναισθήματά σας και προχωρήστε σε ενέργειες, όπως παρακινείστε. Καθώς επαναλαμβάνετε αυτή τη διαδικασία μέρα με τη μέρα, μήνα με τον μήνα, χρόνο με τον χρόνο, θα “εξελιχθεί στην αρχή της αποκάλυψης”».

Καταθέτω μαρτυρία ότι ο Ιησούς Χριστός είναι ο Σωτήρας και ο Λυτρωτής μας. Έχει «επιτύχει τα πάντα που χρειαζόμαστε για να μπορέσουμε να επιστρέψουμε στον Επουράνιο Πατέρα [μας]». Στο όνομα του Ιησού Χριστού, αμήν.