

# S'encourager mutuellement

Par J. Anette Dennis

*Première conseillère dans la présidence générale de la Société de Secours*

## Üksteisele kaasaelamine

Õde J. Anette Dennis

*Esimene nõuandja Abiühingu üldjuhatuses*

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 lacinquiemcourse d'Orville dans cette compétition, et dans chacune des autres épreuves, il avaitégalementterminé à la dernière

*Vaid Issand teab täielikult meie individuaalseid piiranguid ja võimeid ning on seetõttu ainus, kes on täielikult pädev meie sooritust hindama.*

Ma lugesin hiljuti ühest kogemusest, mis mind sügavalt liigutas. See leidis aset USA mastersarja riiklikel meistrivõistlustel kergejõustikus, mis on mõeldud seniorsportlastele.

Üks 1500 meetri jooksus osalenu oli 100-aastane Orville Rogers. Autor kirjutab:

„Kui stardipauk kõlas, hakkasid jooksjad liikuma ja Orville jäi otsekohe viimasele kohale. Ta püsis seal kogu jooksu vältel üksinda, liikudes edasi väga aeglaselt jalgu lohistades. [Kui] viimane jooksja enne Orville'i lõpetas, oli Orville'il veel kaks ja pool ringi jäänud. Ligikaudu 3000 pealtvaatajat istusid vaikides ja jälgisid, kuidas ta aeglaselt – täielikus, vaiksuses ja painavas üksinduses – ümber staadioni liikus.

[Kuid] kui ta alustas oma viimast ringi, tõusis publik püsti ja hakkas talle aplodeerides kaasa elama. Kui ta jõudis finišisirgele, hakkas publik mõirgama. Tuhandete pealtvaatajate kaasa elades võttis Orville kokku oma viimased jõuvarud. Publik rõkkas rõõmust, kui ta finišijoone ületas ja ta konkurendid teda kallistasid. Orville lehvitas alandlikult ja tänulikult publikule ning lahkus koos oma uute sõpradega rajalt.”

See oli viieskord, kui Orville neil võistlustel jooksis, ja ta oli jäänud viimasekskakõigil teistel kordadel. Mõni võis tunda kiusatust Orville'i

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 les 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 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

hukka mõista, mõeldes, et ta poleks pidanud oma vanuses üldse võistleva – et ta ei kuulunud rajale, kuna tema tõttu venisid kõiktemavõistlused kõigi teiste jaoks tublisti pikemaks.

Kuid isegi alati viimaseks tulles purustas Orville sel päeval viis maailmarekordit. Keegi, kes tema võidujooksu pealt vaatas, poleks seda võimalikuks pidanud, kuid ei pealtvaatajad ega ka tema konkurendid polnud kohtunikud. Orville ei rikkunud ühtegi reeglit ja ametnikud ei alandanud ühtegi normi. Ta jooksis sama võidujooksu ja täitis samad nõuded nagu kõik teised võistlejad. Kuid võttes arvesse tema raskusastet, antud juhul tema vanust ja piiratud füüsilist võimekust, kuulus ta üle 100-aastaste vanuserühma. Jaselles-vanuserühmas purustas ta viis maailmarekordit.

Nii nagu Orville pidi olema väga südikas, et iga kord rajale astuda, peavad ka mõned meie õed ja vennad väga südikad olema, et iga päev elu areenile astuda, teades, et neid võidakse ülekohtuselt hukka mõista, isegi kui nad annavad hirmutavate raskuste kiuste endast parima, et Päästjat järgida ja Temaga sõlmitud lepinguid austada.

Pole oluline, kus me siin maailmas elame, pole oluline, kui vanad me oleme, meie kõigipõhivajadus inimestena on tunda kuuluvust, tunda, et meid tahetakse ja vajatakse, ning et meie elul on eesmärk ja mõte meie olukorrast või piirangutest hoolimata.

Võistluse viimasel ringil elas publik Orville'ile hoogsalt kaasa, andes talle jõudu edasi minna. Sel polnud mingit tähtsust, et ta lõpetas viimasena. See oli osalejate ja publiku jaoks palju enam kui lihtsalt võistlus. Mitmes mõttes oli see kaunis näide sellest, kuidas toimib Päästja armastus. Kui Orville finišeeris, olid kõik üheskoos rõõmsad.

Nagu mastersarja meistrivõistlused, võivad meie kogudused ja pered olla kogunemiskohad, kus üksteist ergutada – lepingukogukonnad, mida toidab Kristuse armastus üksteise vastu –, aidates üksteisel ületada kõik meie ees seisvad väljakutsed, andes üksteisele jõudu ja julgustust ilma kedagi hukka mõistmata. Mevajame üksteist. Ühtsuses peitub jumalik jõudja seetõttu on Saatan kavatsus meid lõhestada.

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 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 les uns sur les autres. »

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

Kahjuks võib kirikus käimine mõnele meist vahel erinevatel põhjustel raske olla. Võib-olla maadleb keegi usuküsimustega või on kellelgi sotsiaalne ärevus või depressioon. Võib-olla tuleb ta teisest riigist või erineb rassi poolest, või on tal teistsugused elukogemused või vaatenurgad ning ta tunneb seetõttu, et ei sobitu teistega. Nende seas võivad olla ka unepuuduse ja emotsionaalse kurnatuse all kannatavad imikute ja väikelaste vanemad või keegi, kes on abielupaare ja peresid täis koguduses vallaline. Nende seas võib olla ka keegi, kes kogub julgust, et pärast aastatepikkust eemalolekut tagasi tulla, või keegi, keda painab tunne, et ta pole lihtsalt piisavalt hea ega hakka kunagi teiste sekka kuuluma.

President Russell M. Nelson ütles: „Kui abielupaar teie koguduses lahutab või kui noor misjonär naaseb koju enne misjoni lõppu või kui teismeline kahtleb oma tunnistuses, ei vaja nad teie kohtumõistmist. Nad peavad kogema Jeesuse Kristuse puhast armastust, mis peegeldub teie sõnades ja tegudes.”

Meie kirikuga seotud kogemused on mõeldud selleks, et luua Issanda ja üksteisega elutähtsaid sidemeid, mis on vaimseks ja emotsionaalseks heaoluks nii vajalikud. Jumala perekonna liikmetena, Kristuse ihu liikmetenakaasneb ristimisest alates Jumalaga sõlmitud lepingutega loomuo mane kohustus üksteist armastada ja üksteise eest hoolitsedan ing mitte ainult meilt oodatud tegude nimekirja linnukest märkida.

Kristuse-sarnane armastus ja hoolitsus on ülem ja püham. Kristuse puhas armastus on ligimesearmastus. President Nelson õpetas, et „ligimesearmastus paneb meid „kandma üksteise koormaid” (Mo 18:8) selle asemel, et üksteise koormaid suurendada.”

Päästja ütles: „Sellest tunnevad kõik, et te olete minu jüngrid, kui teil on armastus isekesis.” President Nelson lisas, et „ligimesearmastus on Jeesuse Kristuse tõelise järgija põhiomadus.” „Päästja sõnum on selge: Tematõelised jüngrid toetavad, tõstavad, julgustavad, veenavad ja inspireerivad. .. See, kuidas me räägime teistega [ja teistest] .., on tõeliselt oluline.”

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. 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 pratiquante » 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

Päästja õpetus sel teemal on väga lihtne. See on kokku võetud kuldreeglis: tee teistele nii, nagu sa tahad, et nad sulle teeksid. Pange end selle inimese asemele ja kohelge teda nii, nagu te tahate, et teid koheldakse, kui teie teemakingades oleksite.

Teiste Kristuse-sarnane kohtlemine ulatub meie perest ja kogudusest paljugaemale. See hõlmab meie õdesid ja vendi, kelle usk on erinev, või kellel polegi usku. See hõlmab meie vendi ja õdesid, kes on pärit teistest riikidest ja kultuuridest, aga ka neid, kelle poliitilised veendumused erinevad. Mõõdukkuulume Jumala perekonda ja Ta armastab kõiki oma lapsi. Ta soovib, et Ta lapsed armastaksid Teid ja ka üksteist.

Päästja oli oma eluga eeskujuks, kuidas armastada, koguda ja ühendada ka neid, keda ühiskond pidas heidikuks ja rüvedaks. Meil on kästud järgida Tema eeskujut. Me oleme siin selleks, et kujundada Kristuse-sarnaseid iseloomuhooneid ja saada lõpuks selliseks, nagu on meie Päästja. Tema evangeelium ei koosne kontrollnimekirjast, vaid on arenguevangeelium – et saada selliseks nagu Tema ja armastada nagu Tema. Ta tahab, et meist saaks Siioni rahvas.

Kui ma olin hilistes kahekümnendates, oli mul mõnda aega sügav depressioon ja mulle tundus, nagu oleks reaalsus, et Jumal on tõesti olemas, äkitselt kadunud. Ma ei oska öelda selle tunnet kirjelduseks midagi muud kui see, et tundsin end täielikus segaduses. Olin juba väikesest peale alati teadnud, et mu Taevaisa on olemas ja et ma saan Temaga rääkida. Kuid tol ajal ei teadnud ma enam, kas Jumal ikka on olemas. Ma polnud oma elus kunagi varem midagi sellist kogenud ja tundus, nagu kogu mu vundament laguneb.

Selle tagajärjel oli mul raske kirikus käia. Ma käisin osalt seetõttu, kuna kartsin, et mind sildistatakse „mitteaktiivseks“ või „mitte kuigi usklikuks“, ja kartsin ka saada kellelegi määratud projektiks. Tegelikult vajasin ma tol ajal, et mu ümberolijad mind siiralt armastaksid, mõistaksid ja toetaksid ega mõistaks mind hukka.

Mõned oletused, mida ma kartsin, et inimestel minusuhtes tekivad, olid oletused, mis minul olid teistega seoses olnud, kuigi need

quandelles 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 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

käinud regulaarselt kirikus. See valus isiklik kogemus õpetas mulle väärt õppetunde selle kohta, mikson meil kästud mittemõista üksteise üle ebaõiglast kohut.

Kas meie seas on neid, kes kannatavad vaikides ja kardavad, et teised saavad aimu nende varjatud heitlustest, kuna ei tea, kuidas nad reageerivad?

Vaid Issand teab täielikult tegelikku raskusaset, millega igaüks meist oma elujooksu jookseb – neid koormaid, väljakutseid ja takistusi, millega me silmitsi seisame, ja mida teised sageli ei näe. Vaid Temamõistab täielikult elumuutvaid haavuja traumasid, mida mõni meist on võib olla minevikus kogenud, kuid mis mõjutab meid ikka veel olevikus.

Sageli langeme kaiseendakarmi hukkamõist alla, arvates, et peaksime olema rajal palju kaugemale jõudnud. Vaid Issand teab täielikult meie individuaalseid piiranguid ja võimeid ning on seetõttu ainus, kes on täielikult pädev meie sooritust hindama.

Õed ja vennad! Olgem õige nagu selles loos olnud pealtvaatajad ja elagem üksteisele oma jüngrirännakul kaasa olukorrast olenemata! Me ei pea selleks reegleid rikkuma ega norme alandama. Tegelikult on see teine suur käsk – armastada oma ligimest nagu iseennast. Lisaks on Päästja öelnud, et „mida te iganes olete teinud ühele nende mu vähemate vendade [või õdede] seast, seda te olete minule teinud“, olgu see siis hea või halb. Ka on Ta öelnud meile: „Kui te ei ole üks, pole te minu omad.“

Meie kõigi elus tuleb ette aegu, mil me ise abi ja julgustust vajame. Pühendugem juba nüüd seda lati üksteisele andma. Seda tehes arendame me suuremat ühtsust ja loome keskkonna, kus Päästja saaks teha oma püha tööd, et meid kõiki tervendada ja muuta.

Kui keegi teist peaks tundma end selles elujooksus, sel surelikkuse rännakul, kaugele maha jäänuna, siis palun ärge andke alla. Vaid Päästja saab täielikult hinnata, kus te antud hetkel olemas olete, ning Tema on kaastundlik ja õiglane. Ta on elujooksu Peakohunik ja ainult Tema mõis-



la course de la vie et l'enseul à comprendre pleinement le niveau de difficulté 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.

tab täielikult seda, millise raskusega jooksete, kõnnite või jalgu lohistate. Ta võtab arvesse teie piiranguid, teie võimeid, teie elukogemusi ja nii teie turjal olevaid varjatud koormaid kui ka teie südamesoove. Võib-olla purustate kateietegelikult sümboolselt maailmarekordeid. Palun ärge kaotage lootust. Palun jätkake! Palun jääge! Tekuult te! Issand vajab teid jameie vajame teid!

Ükskõik kus te siin maailmas ka ei ela, ükskõik kui kõrvalises paigas see ka pole, pida-ge palun alati meeles, et teie Taevane Isa ja teie Päästja tunnevad teid täielikult ja armastavad teid täiuslikult. Nad pole teid iial ära unustanud. Nad tahavad teid koju tuua.

Ärge laske Päästjal silmist. Tema on teie raudkäsipuu. Ärge laske Temast lahti. Ma tunnistan, et Ta elab ja et te võite Teda usaldada. Ma tunnistan ka, et Ta elab teile kaasa.

Järgigem kõik Päästja eeskujuga ja elagemüksteisele kaasa, palvetan ma Jeesuse Kristuse nimel, amen.