

L'Éternel regarde au cœur

Par Ronald M. Barcellos
des soixante-dix

L'Eterno guarda al cuore

Anziano Ronald M. Barcellos
dei Settanta

Conférence générale d'octobre 2025

Il nous suffit de tourner pleinement notre cœur vers Dieu pour qu'il accomplisse ses desseins et nous transforme en ce qu'il veut que nous soyons.

Lorsqu'il a reçu le commandement de choisir le nouveau roi d'Israël parmi les fils d'Isaï, le prophète Samuel, en voyant Éliab, le fils aîné d'Isaï, s'est exclamé : « Certainement, l'oint de l'Éternel est ici devant lui. » Mais Éliab n'était pas le serviteur choisi de l'Éternel. Le Seigneur a averti Samuel : « Ne prends point garde à son apparence et à la hauteur de sa taille, car je l'ai rejeté. L'Éternel ne considère pas ce que l'homme considère ; l'homme regarde à ce qui frappe les yeux, mais l'Éternel regarde au cœur. »

Même si David n'était pas physiquement le plus fort ou le plus habile de ses frères, son cœur était grand aux yeux de Dieu. David aimait Dieu de tout son cœur et avait le profond désir de lui obéir. Il avait une foi inébranlable en l'amour de Dieu, en son pouvoir et en ses bénédictions promises, comme il l'a démontré plus tard, en triomphant courageusement de Goliath, avec l'aide du Seigneur.

Cette histoire nous enseigne qu'il nous suffit de tourner pleinement notre cœur vers Dieu pour qu'il accomplisse ses desseins et nous transforme en ce qu'il veut que nous soyons. À un docteur de la loi, il a commandé : « Tu aimeras le Seigneur, ton Dieu, de tout ton cœur. » À Joseph Smith, le prophète, il a dit : « Voici, le Seigneur exige le cœur, et un esprit bien disposé. » Et aux Néphites, le Sauveur ressuscité a lancé cette invitation : « Vous m'offrirez en sacrifice un cœur brisé et un esprit contrit. »

Pourquoi en est-il ainsi ? Le Sauveur a

Tutto ciò di cui Dio ha bisogno per raggiungere i Suoi scopi e per aiutarci a diventare chi Egli vuole che diventiamo è questo: che ognuno di noi rivolga il proprio cuore completamente a Lui.

Quando gli fu comandato dal Signore di scegliere il nuovo re d'Israele tra i figli di Isaï, il profeta Samuele, scorgendo il maggiore di loro, Eliab, esclamò con entusiasmo: "Di certo ecco l'unto dell'Eterno davanti a lui". Ma Eliab non era il servitore scelto dal Signore. Il Salvatore ammonì Samuele: "Non badare al suo aspetto né all'altezza della sua statura, perché io l'ho scartato; poiché l'Eterno non guarda a quello a cui guarda l'uomo: l'uomo guarda all'apparenza, ma l'Eterno guarda al cuore".

Benché Davide potesse non essere fisicamente il più forte o il più abile tra i suoi fratelli, il suo cuore era forte agli occhi di Dio. Egli amava Dio con tutto il cuore e aveva un forte desiderio di obbedirgli. Aveva una fede incrollabile nell'amore di Dio, nel Suo potere e nelle benedizioni da Lui promesse, come dimostrò successivamente quando combatté e sconfisse impavidamente Golia con l'aiuto del Signore.

Questa storia ci insegna che tutto ciò di cui Dio ha bisogno per raggiungere i Suoi scopi e per aiutarci a diventare chi Egli vuole che diventiamo è questo: che ognuno di noi rivolga il proprio cuore completamente a Lui. A un dottore della legge Egli comandò: "Ama il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore". Al profeta Joseph Smith disse: "Ecco, il Signore richiede il cuore e una mente ben disposta". E ai Nefiti il Salvatore risortì estese questo invito: "E mi offrirete in sacrificio un cuore spezzato e uno spirito contrito".

Perché questo? Il Salvatore ha insegnato che,

enseigné que, grâce à son sacrifice expiatoire, si notre cœur est entièrement tourné vers lui, nous recevrons la force et les dons spirituels nécessaires pour surmonter les difficultés de la condition mortelle, résister à la tentation, être guidés, acquérir de l'intelligence, et ressentir la joie et la paix dans notre vie. « C'est des petites choses que sort ce qui est grand. » Le Seigneur a dit qu'il peut rendre « fortes les choses qui sont faibles », et nous donner tout ce dont nous avons besoin pour réussir dans cette vie et recevoir la vie éternelle. Il a déclaré : « Heureux ceux qui ont le cœur pur, car ils verront Dieu ! »

Je crois que c'est la raison, au moins en partie, pour laquelle Jésus-Christ a si souvent corrigé les scribes et les pharisiens pendant son ministère dans la condition mortelle. Bien que diligents à respecter sa loi, ils le faisaient pour de mauvaises raisons. Il les a réprimandés, disant : « Ce peuple m'honore des lèvres, mais son cœur est éloigné de moi. »

C'est un rappel sérieux à tous ses disciples qu'il ne s'agit pas seulement de nos paroles et nos actions, mais aussi de la raison pour laquelle nous obéissons à Jésus-Christ, c'est-à-dire nos désirs et nos motivations. Il a dit : « Car moi, le Seigneur, je jugerai tous les hommes selon leurs œuvres, selon le désir de leur cœur. » Notre Père céleste veut plus que des actes machinaux d'obéissance et de service de la part de ses enfants. Il veut que nous fassions ces choses avec une intention réelle, parce que nous l'aimons de tout notre cœur. Il veut que nous devenions semblables à lui.

Si la santé spirituelle de notre cœur est une préoccupation essentielle du Sauveur, ce qu'il recherche chez un véritable disciple, comment pouvons-nous examiner notre cœur et savoir s'il est juste aux yeux de Dieu ?

Récemment, alors que ma femme et moi rentrions de notre mission au Portugal, nous avons fait une série d'examen de santé pour évaluer notre condition physique. Certains de ces examens portaient sur la santé de notre cœur : des analyses de sang, un échocardiogramme et un test de résistance à l'effort. Le Sauveur nous a également donné une série d'examen spirituels grâce auxquels nous pouvons évaluer l'état spirituel de notre cœur. En voici quelques-uns :

Évaluer son cœur à l'aide de tests spirituels

se i nostri cuori sono completamente rivolti a Lui, grazie al Suo sacrificio espiatorio noi possiamo essere benedetti con la forza e i doni spirituali di cui abbiamo bisogno per superare le nostre prove terrene, resistere alla tentazione, ricevere guida e intendimento, e provare gioia e pace nella nostra vita. "Ciò che è grande procede da piccole cose". Egli ha detto di poter fare "in modo che le cose deboli divengano forti" e di poterci benedire con tutto ciò che ci serve per affrontare con successo questa vita terrena e ricevere la vita eterna. "Beati i puri di cuore", ha detto, "perché essi vedranno Dio".

Io credo che questa sia la ragione, almeno in parte, per la quale Gesù Cristo corresse così spesso gli scribi e i Farisei durante il Suo ministero terreno. Sebbene fossero diligenti nell'obbedire alle Sue leggi, lo facevano per i motivi sbagliati. Egli li rimproverò dicendo: "Questo popolo mi onora con le labbra, ma il suo cuore è lontano da me".

Questo è per tutti i Suoi discepoli un serio promemoria che non conta solo ciò che facciamo — ossia le nostre parole e le nostre azioni — ma anche il perché facciamo le cose che Gesù Cristo ci chiede di fare — ossia i nostri desideri e le nostre motivazioni. Egli ha detto: "Poiché, io, il Signore giudicherò tutti gli uomini secondo le loro opere, secondo i desideri del loro cuore". Il nostro Padre Celeste desidera ben più di atti meccanici di obbedienza e servizio da parte dei Suoi figli. Egli vuole che facciamo queste cose con intento reale, perché Lo amiamo con tutto il cuore. Egli vuole che desideriamo diventare come Lui.

Ora, se la salute spirituale del nostro cuore è ciò che interessa di più al Salvatore, se è quello che Lui cerca in un vero discepolo, come possiamo esaminare il nostro cuore e sapere se è retto agli occhi di Dio?

Recentemente, quando io e mia moglie siamo tornati dalla nostra missione in Portogallo, ci siamo sottoposti a una serie di esami clinici per valutare la nostra condizione fisica. Alcuni di questi miravano a verificare la salute del nostro cuore, come alcuni esami del sangue, l'ecocardiogramma e i test da sforzo. Credo che anche il Salvatore ci abbia fornito dei test spirituali con cui valutare la condizione spirituale del nostro cuore. Lasciate che ve ne nomini alcuni.

Valutare il nostro cuore con test spirituali

« Car là où est ton trésor, là aussi sera ton cœur », a enseigné Jésus. Un trésor est quelque chose de précieux pour nous, une chose à laquelle nous consacrons des efforts et de l'attention. Notre manière d'occuper notre temps, l'objet de notre attention et les raisons qui nous poussent à agir en disent long sur notre cœur. Le Sauveur nous a avertis que, bien qu'il en appelle beaucoup, peu sont élus « parce que leur cœur se porte tellement vers les choses de ce monde et [qu'ils] aspire[nt] tant aux honneurs des hommes ». Est-ce que je fais du Sauveur une priorité dans ma vie ? Mon œil est-il fixé uniquement sur sa gloire dans tout ce que je fais ?

Tout au long des Écritures, le Seigneur et ses prophètes associent l'orgueil et la désobéissance à l'endurcissement de cœur. Néphi a exhorté ses frères en disant : « Comment se fait-il que vous ne gardiez pas les commandements du Seigneur ? Comment se fait-il que vous vouliez périr à cause de l'endurcissement de votre cœur ? » Le Seigneur a mis en garde les saints au Missouri en leur disant : « Mais celui qui ne fait rien tant qu'on ne le lui a pas commandé et qui reçoit un commandement le cœur indécis et le garde avec paresse, celui-là est damné. » Même si le Sauveur n'attend pas la perfection dans l'obéissance à ses commandements, il nous demande d'avoir le désir sincère de les respecter et de nous efforcer de le faire de tout notre cœur.

Le Seigneur a lancé l'exhortation suivante à Oliver Cowdery : « Conserve précieusement ces paroles en ton cœur. » Nous sommes invités à sonder diligemment les Écritures et, par le pouvoir du Saint-Esprit, à obtenir la compréhension et le témoignage de la véracité de l'Évangile dans notre cœur.

Le prophète Abinadi a réprimandé les prêtres du méchant roi Noé pour ne pas avoir fait cela, disant : « Vous n'avez pas appliqué votre cœur pour avoir l'intelligence ; c'est pourquoi vous n'avez pas été sages. » Est-ce que je fais un effort sincère pour étudier quotidiennement les Écritures et appliquer mon cœur pour les comprendre par la prière ?

Le Sauveur a enseigné que « c'est du cœur que viennent les mauvaises pensées » et que « c'est de l'abondance du cœur que la bouche parle ». La qualité de nos pensées et de nos paroles est un bon indicateur de la pureté de notre cœur. Ai-je trop de pensées négatives sur les actions ou les motivations d'autrui, ou sur moi-même ? Suis-je

« Perché dov'è il tuo tesoro, lì sarà anche il tuo cuore », ha insegnato Gesù. Un tesoro è qualcosa di prezioso per noi, qualcosa al quale dedichiamo impegno e attenzione. Come scegliamo di trascorrere il nostro tempo e su cosa scegliamo di concentrare la nostra attenzione, nonché cosa ci spinge a fare quello che facciamo, rivelano molto riguardo al nostro cuore. Il Salvatore ha avvertito che, sebbene molti siano da Lui chiamati, pochi sono scelti « perché il loro cuore è rivolto così tanto verso le cose di questo mondo, e aspira agli onori degli uomini ». Faccio del Salvatore una priorità nella mia vita ? Il mio occhio è rivolto unicamente alla Sua gloria in tutto ciò che faccio ?

All'interno delle Scritture il Signore e i Suoi profeti associano l'orgoglio e la disobbedienza all'avere un cuore indurito. Nefi esortò i suoi fratelli dicendo: « Come mai non obbedite ai comandamenti del Signore ? Come mai volete perire a causa della durezza del vostro cuore ? ». Ai santi nel Missouri il Signore diede questo ammonimento: « Ma colui che non fa nulla finché non gli sia comandato, e accetta un comandamento con cuore dubbioso e lo rispetta con indolenza, è dannato ». Sebbene non si aspetti la perfezione nell'obbedienza ai Suoi comandamenti, il Salvatore ci chiede tuttavia di avere il desiderio di osservarli e cercare di farlo con tutto il nostro cuore.

Il Signore ammonì Oliver Cowdery dicendo: « Fa' dunque tesoro di queste parole nel tuo cuore ». Siamo invitati a scrutare le Scritture diligentemente e a cercare, per mezzo del potere dello Spirito Santo, di ottenere intendimento e una testimonianza della veridicità del Vangelo nel nostro cuore.

Il profeta Abinadi rimproverò così i sacerdoti del malvagio re Noè per non averlo fatto: « Voi non avete applicato il cuore alla comprensione; perciò non siete stati saggi ». Mi sto sforzando sinceramente di studiare le Scritture quotidianamente e di applicare il mio cuore a comprenderle tramite la preghiera ?

Il Salvatore ha insegnato che « dal cuore vengono pensieri malvagi » e che « dall'abbondanza del cuore la bocca parla ». La qualità dei nostri pensieri e delle nostre parole è un buon indicatore della purezza del nostro cuore. Sto dando spazio a troppi pensieri negativi riguardo alle azioni o alle motivazioni degli altri, o perfino riguardo a

trop prompt à juger et à condamner autrui ? Est-ce que je cherche des excuses ou des justifications à mes erreurs ? Et qu'en est-il de mes paroles ? Est-ce qu'elles édifient et inspirent les personnes qui m'entourent ? Ou engendrent-elles souvent des querelles et du ressentiment ?

Une fois mes examens médicaux terminés, mon médecin m'a dit que, dans l'ensemble, mon cœur était en bonne santé, mais qu'il fallait régler de petits problèmes dès maintenant, avant qu'ils ne s'aggravent. Il m'a ensuite prescrit des changements dans mon mode de vie. De même, lorsque vous effectuerez cette évaluation spirituelle de votre cœur et remarquerez la présence de certains symptômes négatifs, ne paniquez pas ! Le Sauveur a fourni d'excellents médicaments et traitements spirituels pour vous aider. Il a même promis de vous donner un cœur nouveau ! Voici quelques actions qui peuvent augmenter la robustesse spirituelle de votre cœur.

Améliorer la santé spirituelle de son cœur

Quand nous consacrons du temps chaque jour à nous rapprocher du Christ, notre cœur change. L'étude quotidienne des Écritures, accompagnée de prières sincères et de jeûnes réguliers, fera grandir votre amour pour le Sauveur, et fortifiera votre foi et votre désir de vous repentir et de livrer humblement votre cœur à Dieu. Réfléchissez à cet exemple donné par Néphé : « C'est pourquoi je criai au Seigneur ; et voici, il me visita et adoucit mon cœur, de sorte que je crus toutes les paroles qui avaient été dites par mon père. »

Si nous continuons de nourrir la semence de la foi par nos désirs et nos actions justes, nous connaissons la même sanctification de cœur que celle des Néphites : « Ils jeûnaient et priaient souvent, et devenaient de plus en plus forts dans leur humilité, et de plus en plus fermes dans la foi au Christ, au point que cela leur remplissait l'âme de joie et de consolation, oui, au point que cela leur purifiait et leur sanctifiait le cœur, sanctification qui venait de ce qu'ils avaient livré leur cœur à Dieu. »

Il a enseigné : « Si vous m'aimez, gardez mes commandements. » Il nous invite à montrer notre amour en contractant et en respectant des alliances avec lui. Si nous nous efforçons quotidiennement de respecter ses commandements,

me stesso? Sono troppo veloce a emettere giudizi o condanne nei confronti degli altri? Cerco di trovare scuse o giustificazioni per i miei errori? E per quanto riguarda le mie parole? Sono parole che edificano e ispirano coloro che mi stanno intorno? Oppure creano spesso conflitto e risentimento?

Completati i miei esami, il dottore mi ha detto che nel complesso il mio cuore era in salute, ma che c'erano alcune questioni che andavano sistemate subito, prima che peggiorassero. Mi ha quindi prescritto alcune modifiche al mio stile di vita. Similmente, quando fate una valutazione spirituale del vostro cuore e notate che iniziano a manifestarsi alcuni sintomi negativi, per favore, non andate nel panico! Il Salvatore vi ha fornito eccellenti cure e terapie spirituali per aiutarvi. Ha anche promesso di darvi un cuore nuovo! Ecco alcune azioni che possono migliorare la forza spirituale del vostro cuore:

Migliorare la salute spirituale del vostro cuore

Man mano che dedichiamo del tempo ogni giorno ad avvicinarci a Cristo, i nostri cuori cambiano. Lo studio quotidiano delle Scritture accompagnato dalla preghiera sincera e dal digiuno regolare aumenteranno il vostro amore per il Salvatore e rafforzeranno la vostra fede e il vostro desiderio di pentirvi e di consegnare, con umiltà, il vostro cuore a Dio. Considerate l'esempio di Nefi: "Invocai pertanto il Signore; ed ecco, egli mi visitò e intenerì il mio cuore, cosicché credetti a tutte le parole che erano state dette da mio padre".

Continuando a nutrire il seme della fede tramite i nostri desideri retti e le nostre azioni virtuose, i nostri cuori verranno santificati proprio come quelli dei Nefiti: "Essi digiunavano e pregavano spesso, e divennero sempre più forti nell'umiltà, sempre più fermi nella fede in Cristo, fino a riempire la loro anima di gioia e di consolazione, sì, fino a purificare e santificare il loro cuore, santificazione che venne perché consegnarono il loro cuore a Dio".

Il Salvatore ha insegnato: "Se voi mi amate, osserverete i miei comandamenti". Egli ci invita a dimostrare il nostro amore stringendo e onorando alleanze con Lui. Se ci sforziamo quotidianamente di obbedire ai Suoi comandamenti,

de nous repentir sincèrement de nos péchés, et de persévérer à prendre son nom sur nous et à conformer notre volonté à la sienne, nous aurons la bénédiction d'avoir la compagnie constante du Saint-Esprit.

Néphi a témoigné : « Je sais que si vous suivez le Fils d'un cœur pleinement résolu, ne commettant ni hypocrisie ni tromperie devant Dieu, mais avec une intention réelle, vous repentant de vos péchés, témoignant au Père que vous êtes disposés à prendre sur vous le nom du Christ par le baptême [...], alors vous recevrez le Saint-Esprit. » Le Saint-Esprit vous guidera, et vous aidera à connaître la volonté du Seigneur et à faire de bons choix.

Le Sauveur invite tout le monde à « le servir de tout [son] cœur ». Lorsque nous choisissons de faire, d'un cœur sincère et avec une intention réelle, tout ce que le Seigneur nous a demandé de faire, comme respecter les commandements, prendre la Sainte-Cène, aller au temple et servir autrui, chaque acte de service et d'adoration devient une expérience spirituelle puissante qui fortifie notre foi et notre témoignage, et remplit notre cœur de joie et d'amour pour Dieu et notre prochain.

La question du prophète Alma résonne toujours aujourd'hui : « Êtes-vous nés spirituellement de Dieu ? Votre visage est-il empreint de son image ? Avez-vous éprouvé ce grand changement dans votre cœur ? »

Frères et sœurs, je vous invite à donner tout votre cœur au Sauveur aujourd'hui. Que chaque acte d'adoration et de service soit sincère et délibéré. Mettez de côté les distractions du monde et consacrez du temps de qualité au Seigneur chaque jour de votre vie. Repentez-vous et revenez à lui de tout votre cœur, et il vous pardonnera et vous entourera dans les bras de son amour. Ne recherchez pas les choses de ce monde, mais choisissez d'avoir l'œil fixé uniquement sur sa gloire et de rechercher les choses d'un monde meilleur. Il connaît vos pensées et les désirs de votre cœur et, à mesure que vous viendrez à lui, il vous bénira avec la force, la confiance, la paix et la joie dans cette vie, et avec une place dans son royaume céleste pour toute l'éternité.

Je sais que Jésus-Christ vit. Il est notre Rédempteur. Et il nous aime, vous et moi, de tout son cœur. Au nom de Jésus-Christ. Amen.

ci pentiamo sinceramente dei nostri peccati e perseveriamo nel prendere il Suo nome su di noi e nell'allineare la nostra volontà alla Sua, possiamo essere benedetti con la compagnia costante dello Spirito Santo.

Nefi attestò: "Io so che se seguirete il Figlio con pieno intento di cuore, senza compiere nessuna ipocrisia e nessun inganno dinanzi a Dio, ma con intento reale, pentendovi dei vostri peccati, testimoniando al Padre che siete disposti a prendere su di voi il nome di Cristo, mediante il battesimo [...] ecco, allora riceverete lo Spirito Santo". Lo Spirito Santo vi guiderà e vi aiuterà a conoscere la volontà di Dio e a fare scelte rette.

Il Salvatore invita tutti a "[servirLo] con tutto il cuore". Quando scegliamo di fare ognuna delle cose che il Signore ci ha chiesto di fare — come per esempio obbedire ai comandamenti, prendere il sacramento, rendere il culto nel tempio e servire gli altri — e la facciamo con cuore sincero e intento reale, ogni atto di servizio e di adorazione diventa una potente esperienza spirituale che rafforza la nostra fede e la nostra testimonianza, e riempie i nostri cuori di gioia e amore per Dio e per il nostro prossimo.

La domanda del profeta Alma riecheggia ancora oggi: "Siete voi nati spiritualmente da Dio? Avete ricevuto la sua immagine sul vostro volto? Avete provato questo possente mutamento nel vostro cuore?"

Fratelli e sorelle, vi invito a dare tutto il vostro cuore al Salvatore oggi. Fate sì che ogni atto di adorazione e servizio sia sincero e intenzionale. Mettete da parte le distrazioni del mondo e sforzatevi di dedicare del tempo significativo al Signore ogni giorno della vostra vita. Pentitevi e tornate a Lui con tutto il cuore ed Egli vi perdonerà e vi circonderà con le braccia del Suo amore. Non cercate le cose di questo mondo, ma scegliete di avere il vostro sguardo rivolto unicamente alla Sua gloria e ricercate le cose di un mondo migliore. Egli conosce i vostri pensieri e i desideri del vostro cuore e, nella misura in cui verrete a Lui, vi benedirà con la forza, la fiducia, la pace e la gioia in questa vita, e un posto nel suo regno celeste per tutta l'eternità.

So che Gesù Cristo vive. Egli è il nostro Redentore e ama voi e me con tutto il Suo cuore. Nel nome di Gesù Cristo. Amen.