

La recette de la Bonne nouvelle

Par John D. Amos
des soixante-dix

La ricetta della buona novella

Anziano John D. Amos
Membro dei Settanta

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. Nelson. Le titre d'une des vidéos de la série a retenu

Che cosa potrebbe significare aggiungere più Gesù Cristo nella nostra vita?

Se vi è mai capitato di visitare il mio stato di origine, la Louisiana, probabilmente conoscete molte delle nostre gustose specialità: gumbo, jambalaya, étouffée, e l'elenco potrebbe continuare all'infinito.

Ogni tanto, mi sento abbastanza audace da preparare una di queste gustose ricette. Il passaggio finale non documentato, dopo aver mescolato tutti gli ingredienti e aver seguito le istruzioni dettagliate, è quello di fare il test dell'assaggio finale e vedere se manca qualcosa. A quel punto, posso sentire i grandi della cucina creola sussurrarmi nelle orecchie: "Mettici più Tony's". Tony's è un condimento creolo prodotto a Opelousas, in Louisiana, la mia città natale. Viene spesso utilizzato come "ingrediente segreto" per compensare le imperfezioni fatte seguendo la ricetta.

Io e Michelle, mia moglie, abbiamo avuto l'onore di servire come dirigenti di missione in Louisiana. Avevamo la tradizione di insegnare ai missionari come cucinare la sua ricetta speciale della jambalaya l'ultima sera alla casa della missione prima che tornassero dalle loro famiglie. Oltre alla loro testimonianza del vangelo restaurato di Gesù Cristo, i nostri missionari lasciavano la missione con un amore per le ricette.

Alcuni mesi fa, mentre sfogliavo la biblioteca multimediale della Chiesa, ho visto un link a una raccolta di brevi video intitolata Restoration Conversations with President Russell M. Nelson [conversazioni sulla Restaurazione con il presidente

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^{anniversaire} 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 : « 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

Russell M. Nelson]. Il titole di uno dei brevi video della raccolta ha catturato la mia attenzione e mi ha fatto sorridere. Si intitola "Scriptures Are God's Recipes for Happy Living" [le Scritture sono le ricette di Dio per una vita felice]. Ho cliccato immediatamente su quel video di due minuti e ho guardato il presidente Nelson insegnare a un gruppo di bambini della Primaria un messaggio semplice e potente su come essere felici. Ha insegnato: "Se state preparando una torta, seguite le indicazioni, non è vero? E otterrete un buon risultato ogni volta, non è così?".

Ha continuato, menzionando che presto avrebbe compiuto 95 anni: "La gente mi chiede: 'Cosa mangi? Qual è il tuo segreto?'". Lui ha risposto: "Il segreto sono le Scritture. Potreste leggerle e provarle".

Ecco qui. Il semplice segreto per una vita felice è seguire la ricetta di Dio descritta nelle Scritture. Io la chiamo la "ricetta della buona novella".

Cosa fate se qualcosa va storto quando seguite la ricetta? Bene, incorporato nella ricetta della buona novella c'è "l'ingrediente segreto" per assicurarvi di avere sempre successo alla fine. La risposta è sempre Gesù Cristo.

Penso che tutti abbiamo momenti in cui pensiamo che i nostri ingredienti non sono buoni abbastanza, o facciamo fatica a seguire le indicazioni, o magari facciamo qualcosa con un ordine diverso o succede qualcosa che è fuori dal nostro controllo, e così via.

Qual è il rimedio? Dobbiamo semplicemente aggiungere un po' più di ciò che invita Gesù Cristo nella nostra vita.

Quindi, che cosa potrebbe significare aggiungere più Gesù Cristo nella nostra vita?

Mentre servivo come presidente di missione, avevo il piacere di incontrare personalmente ognuno dei nostri giovani missionari ogni sei settimane. Durante l'incontro individuale, era frequente che i missionari cercassero consiglio su come migliorare l'efficacia della loro coppia.

In una di queste occasioni, un missionario venne per la sua intervista personale e si sedette. Dal suo linguaggio del corpo, capii che qualcosa stava gravando sulla sua mente. Gli chiesi: "Anziano, di cosa vuoi parlare oggi?". Lui iniziò a parlare di alcune delle difficoltà che aveva con il suo collega e di come questo stava influenzando

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 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

la loro capacità di svolgere l'opera missionaria. Con le lacrime agli occhi, mi guardò e chiese: "Presidente, cosa devo fare?"

In quella situazione, onestamente, non sapevo come rispondere. Dopo un breve momento gli chiesi se potevamo inginocchiarci insieme in preghiera per ricevere la guida dello Spirito. Lui acconsentì, e così ci inginocchiammo insieme e pregammo per ricevere ispirazione.

Dopo la preghiera, restammo inginocchiati per un momento e poi ci sedemmo sulle nostre sedie uno di fronte all'altro. Gli chiesi se potevamo leggere un versetto insieme. Quando aprii le Scritture, feci una pausa e gli dissi: "Anziano, mentre leggiamo questo versetto, poniti questa domanda: se metto in pratica questi attributi, questo porterà dei miglioramenti alla mia coppia e alla nostra opera missionaria?"

Poi prendemmo Moroni 7:45 e leggemmo a voce alta: "E la carità tollera a lungo ed è gentile, non invidia, non si gonfia, non cerca il proprio interesse, non si lascia provocare facilmente, non pensa il male, non gioisce dell'iniquità, ma gioisce della verità, resiste a tutte le cose, crede tutte le cose, spera tutte le cose, sopporta tutte le cose".

L'anziano poi mi guardò con le lacrime agli occhi e disse: "Sì, presidente, ma è difficile da fare". Dissi che ero d'accordo e gli ricordai che era un figlio di Dio, col potenziale divino di farcela insieme al Signore.

Poi parlammo brevemente della parabola della pendenza insegnata dall'anziano Clark G. Gilbert dei Settanta, che ci ricorda che dobbiamo partire da dove siamo e, insieme al Signore, avanzare e salire verso una direzione positiva. Capii che si sentiva ancora un po' sopraffatto dai passi successivi, così gli chiesi di spiegarmi cosa significava per lui il versetto: "Mediante cose piccole e semplici si avverano grandi cose". Lui iniziò a descrivere il concetto secondo cui facendo cose piccole e semplici possono accadere grandi cose. Gli chiesi di prendersi un minuto per individuare due cose piccole e semplici che poteva fare per essere gentile verso il suo collega.

Dopo qualche istante, mi riferì i suoi pensieri. Poi gli chiesi di prendersi un minuto per individuare due cose piccole e semplici che poteva

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

fare per essere paziente con il suo collega. Quasi immediatamente mi riferì i suoi due pensieri. Era chiaro che ci aveva già riflettuto su prima del nostro incontro. Lo invitai a riferire quei pochi elementi a Dio in preghiera e a chiedere conferma, guida e ispirazione su come attuare il suo piano con intento reale. Lui accettò. Nel concludere, gli chiesi di fornirmi un breve aggiornamento nella sua lettera settimanale.

Nelle settimane successive, potevo notare dalle sue lettere settimanali che le cose stavano migliorando. Il miglioramento non lo notavo solo nelle sue lettere settimanali, ma anche in quelle del suo collega. Durante la nostra intervista successiva, notai una netta differenza nel suo volto e nel suo spirito. Gli chiesi: "Quindi, anziano, è vero che la carità non viene mai meno?". Egli rispose con un gran sorriso: "Sì, e mediante cose piccole e semplici si avverano grandi cose".

Nel seguire la ricetta della buona novella per avere una vita felice, ricordate l'insegnamento del presidente Nelson: "Quali che siano le domande o i problemi che avete, la risposta si trova sempre nella vita e negli insegnamenti di Gesù Cristo. Approfondite la vostra conoscenza della Sua Espiazione, del Suo amore, della Sua misericordia, della Sua dottrina e del Suo vangelo restaurato di guarigione e progresso. Volgetevi a Lui! Seguitelo!".

Quando avete bisogno di "ascoltarLo" e di sapere come invitare Gesù Cristo nella vostra vita, seguite i passi che il presidente Nelson ci ha insegnato sulla rivelazione personale:

"Trovate un posto tranquillo dove poter andare regolarmente. Umiliatevi dinanzi a Dio. Aprite il vostro cuore al vostro Padre Celeste. Rivolgetevi a Lui per ottenere risposte e conforto.

Pregate nel nome di Gesù Cristo in merito alle vostre preoccupazioni, alle vostre paure, alle vostre debolezze, sì, ai veri e propri desideri del vostro cuore. Dopodiché ascoltate! Mettete per iscritto i pensieri che vi vengono in mente. Mettete per iscritto i vostri sentimenti ed eseguite le azioni che vi vengono richieste. Ripetendo questo processo giorno dopo giorno, mese dopo mese, anno dopo anno, 'potrete perfezionarvi nel principio di rivelazione'".

Attesto che Gesù Cristo è il nostro Salvatore

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

e Redentore. Egli “ha compiuto tutto ciò di cui abbiamo bisogno per poter tornare al Padre Celeste”. Nel nome di Gesù Cristo. Amen.