

L'Éternel regarde au cœur

Par Ronald M. Barcellos
des soixante-dix

O Senhor olha para o coração

Élder Ronald M. Barcellos
Dos setenta

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. »

Tudo o que Deus precisa para realizar Seus propósitos e nos ajudar a nos tornarmos quem Ele deseja é que cada um de nós volte o coração plenamente a Ele.

Quando o Senhor ordenou ao profeta Samuel que escolhesse o novo rei de Israel dentre os filhos de Jessé, ao olhar para Eliabe, o filho mais velho de Jessé, ele exclamou com entusiasmo: “Certamente está perante o Senhor o seu ungido”. Contudo, Eliabe não era o servo escolhido do Senhor. O Salvador advertiu Samuel: “Não atentes para a sua aparência, nem para a altura da sua estatura, porque o rejeitei, porque o Senhor não vê como vê o homem, pois o homem vê o que está diante dos olhos, porém o Senhor olha para o coração”.

Embora Davi não fosse, fisicamente, o mais forte ou o mais habilidoso dentre seus irmãos, seu coração era forte aos olhos de Deus. Ele amava a Deus de todo o coração e tinha um profundo desejo de Lhe obedecer. Ele tinha fé inabalável no amor, no poder e nas bênçãos prometidas de Deus, como demonstrou posteriormente quando lutou destemidamente e derrotou Golias com a ajuda do Senhor.

Essa história nos ensina que tudo o que Deus precisa para realizar Seus propósitos e nos ajudar a nos tornarmos quem Ele deseja que nos tornemos é que cada um de nós volte o coração plenamente a Ele. A um doutor da lei, o Salvador ordenou: “Amarás ao Senhor teu Deus de todo o teu coração”. Ao profeta Joseph Smith, Ele disse: “Eis que o Senhor requer o coração e uma mente solícita”. E, aos nefitas, o Salvador ressurreto fez o seguinte convite: “Oferecer-me-eis como sacrifício um coração quebrantado e um espírito

Pourquoi en est-il ainsi ? Le Sauveur a 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 :

contrito».

Por que Ele disse essas coisas? O Salvador ensinou que, se nosso coração estiver totalmente voltado para Ele, por causa de Seu sacrifício expiatório podemos ser abençoados com a força e os dons espirituais que precisamos para superar nossos desafios mortais, resistir às tentações, receber orientação e compreensão e sentir alegria e paz em nossa vida. “De pequenas coisas provém aquilo que é grande”, disse Ele. Ele pode fazer “com que as coisas fracas se tornem fortes” e pode nos abençoar com tudo de que precisamos para ter sucesso nesta vida mortal e alcançar a vida eterna. “Bem-aventurados os puros de coração”, disse Ele, “porque eles verão a Deus”.

Acredito que é por isso que, pelo menos em parte, Jesus Cristo corrigiu com tanta frequência os escribas e fariseus durante Seu ministério mortal. Embora fossem diligentes em guardar Sua lei, eles o faziam pelos motivos errados. Ele os repreendeu, dizendo: “Este povo aproxima-se de mim com a sua boca, e honra-me com os seus lábios, mas o seu coração está longe de mim”.

Este é um sério alerta a todos os Seus discípulos de que não se trata apenas do que fazemos — nossas palavras e nossas ações —, mas também por qual razão fazemos o que Jesus Cristo nos pede — nossos desejos e motivações. Ele declarou: “Pois eu, o Senhor, julgarei todos os homens segundo suas obras, segundo o desejo de seu coração”. Nosso Pai Celestial deseja de Seus filhos mais do que atos mecânicos de obediência e serviço. Ele quer que façamos essas coisas com real intenção porque O amamos de todo o coração. Ele quer que desejemos nos tornar como Ele é.

Agora, se a saúde espiritual de nosso coração é uma das principais preocupações do Salvador — o que Ele busca em um verdadeiro discípulo —, como podemos examinar nosso coração e saber se ele está correto aos olhos de Deus?

Recentemente, quando minha esposa e eu retornamos de nossa missão em Portugal, fizemos uma série de exames médicos para avaliar nossa condição física. Alguns desses exames se concentraram na saúde de nosso coração, como exames de sangue, ecocardiogramas e testes de estresse. Acredito que o Salvador também nos forneceu um conjunto de exames espirituais que podemos usar para avaliar a saúde espiritual de nosso coração. Deixe-me compartilhar alguns deles com vocês.

Évaluer son cœur à l'aide de tests spirituels

« 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

Realizar exames espirituais para avaliar seu coração

“Porque onde estiver o vosso tesouro, aí estará também o vosso coração”, Jesus ensinou. Um tesouro é algo precioso para nós, uma coisa à qual dedicamos esforço e atenção. Aquilo no qual escolhemos concentrar nosso tempo e nossa atenção, bem como o que nos motiva a fazer o que fazemos, diz muito sobre nosso coração. O Salvador alertou que, embora muitos sejam chamados por Ele, poucos são escolhidos, “porque seu coração está tão fixo nas coisas deste mundo e aspiram tanto às honras dos homens”. Eu faço do Salvador uma prioridade em minha vida? Meus olhos estão fitos em Sua glória em tudo o que faço?

Nas escrituras, o Senhor e Seus profetas frequentemente associam o orgulho e a desobediência a termos um coração endurecido. Néfi exortou seus irmãos, dizendo: “Por que não guardais os mandamentos do Senhor? Quereis perecer por causa da dureza de vosso coração?” Aos santos do Missouri, o Senhor advertiu: “Mas o que nada faz até que seja mandado e recebe um mandamento com o coração duvidoso e guarda-o com indolência, é condenado”. Embora o Salvador não espere perfeição na observância de Seus mandamentos, Ele pede que desejemos guardá-los e que nos esforcemos com todo o coração para isso.

O Senhor convidou Oliver Cowdery a “[entessar] estas palavras no coração”. Somos convidados a examinar as escrituras diligentemente e, pelo poder do Espírito Santo, buscar obter entendimento e um testemunho da veracidade do evangelho em nosso coração.

O profeta Abinádi repreendeu os sacerdotes do iníquo rei Noé por não fazerem isso, dizendo: “Não haveis aplicado vosso coração para compreender; portanto, não haveis sido sábios”. Eu me esforço sinceramente para estudar as escrituras diariamente e aplicar meu coração para compreendê-las por meio da oração?

O Salvador ensinou que “do coração procedem os maus pensamentos” e que “do que há em abundância no coração, disse fala a boca”. A qualidade de nossos pensamentos e de nossas

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 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

palavras é um bom indicador da pureza de nosso coração. Tenho alimentado pensamentos negativos sobre as ações ou motivações das pessoas, ou até sobre mim mesmo? Sou muito rápido em julgar e condenar as pessoas? Busco desculpas ou justificativas para meus erros? E quanto às minhas palavras? Elas elevam e inspiram as pessoas ao meu redor? Ou frequentemente geram conflitos e ressentimentos?

Após concluir meus exames, meu médico me disse que, no geral, meu coração estava saudável, mas algumas questões precisavam ser resolvidas logo, antes que se agravassem. Ele então recomendou algumas mudanças em meus hábitos. Da mesma forma, se ao realizarem essa avaliação espiritual de seu coração, vocês notarem alguns sintomas negativos começando a surgir, peço que não entrem em pânico. O Salvador providenciou excelentes medicamentos e tratamentos para ajudá-los. Ele até prometeu lhes dar um coração novo! Aqui estão algumas ações que podem melhorar a força espiritual de seu coração:

Melhorar a saúde espiritual de seu coração

Quando dedicamos tempo diariamente para nos aproximarmos de Cristo, nosso coração é transformado. O estudo diário das escrituras, acompanhado de oração sincera e jejum regular, aumentará seu amor pelo Salvador e fortalecerá sua fé e seu desejo de se arrepender e entregar humildemente seu coração a Deus. Pensem neste exemplo de Néfi: “Clamei, portanto, ao Senhor; e eis que ele me visitou e enterneceu meu coração, de maneira que acreditei em todas as palavras que meu pai dissera”.

Ao continuarmos a nutrir a semente da fé por meio de nossos desejos e ações justas, experimentaremos a mesma santificação de nosso coração que os nefitas: “Não obstante, jejuavam e oravam frequentemente e tornavam-se cada vez mais fortes em sua humildade e cada vez mais firmes na fé em Cristo, enchendo a alma de alegria e consolo, sim, purificando e santificando o coração, santificação essa resultante da entrega de seu coração a Deus”.

O Salvador ensinou: “Se me amais, guardai os meus mandamentos”. Ele nos convida a demonstrar nosso amor fazendo convênios com Ele

alliances avec lui. Si nous nous efforçons quotidiennement de respecter ses commandements, 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

e os cumprindo. Ao nos esforçarmos diariamente para guardar Seus mandamentos, arrependermos-nos sinceramente de nossos pecados e perseverarmos em tomar sobre nós o Seu nome e alinhar nossa vontade à Dele, poderemos ser abençoados com a companhia constante do Espírito Santo.

Néfi testemunhou: “Sei que, se seguirdes o Filho com todo o coração, agindo sem hipocrisia e sem dolo diante de Deus, mas com verdadeira intenção, arrependendo-vos de vossos pecados, testemunhando ao Pai que estais dispostos a tomar sobre vós o nome de Cristo pelo batismo (...), eis que então recebereis o Espírito Santo”. O Espírito Santo nos guiará e nos ajudará a conhecer a vontade do Senhor e a fazer boas escolhas.

O Salvador convida todos a “[servir a Ele] de todo o coração”. Quando escolhemos fazer cada coisa que o Senhor nos pede — como guardar os mandamentos, tomar o sacramento, adorar no templo e servir ao próximo — com um coração sincero e com real intenção, cada ato de serviço e adoração se torna uma poderosa experiência espiritual que fortalece nossa fé e nosso testemunho e enche nosso coração de alegria e amor a Deus e ao próximo.

As perguntas do profeta Alma ainda ecoam hoje: “Haveis nascido espiritualmente de Deus? Haveis recebido sua imagem em vosso semblante? Haveis experimentado esta poderosa mudança em vosso coração?”

Irmãos e irmãs, eu os convido a entregar todo o seu coração ao Salvador hoje. Que cada ato de adoração e serviço seja sincero e intencional. Deixem de lado as distrações deste mundo e se esforcem para dedicar um tempo significativo para o Senhor todos os dias de sua vida. Arrependam-se e retornem a Ele de todo o coração, e Ele os perdoará e os envolverá nos braços de Seu amor. Não busquem as coisas deste mundo, mas escolham ter os olhos fixos em Sua glória e busquem as coisas de um mundo melhor. Ele conhece seus pensamentos e os desejos de seu coração e, ao se achegarem ao Senhor, Ele os abençoará com força, confiança, paz e alegria nesta vida e um lugar em Seu reino celestial por toda a eternidade.

Eu sei que Jesus Cristo vive. Ele é o nosso Redentor. E Ele ama você e a mim de todo o Seu

son cœur. Au nom de Jésus-Christ. Amen.

coração. Em nome de Jesus Cristo, amém.