

S'encourager mutuellement

Par J. Anette Dennis

Première conseillère dans la présidence générale de la Société de Secours

Подбадривать друг друга

Сестра Дж. Аннет Деннис

Первая советница в Генеральном президентстве Общества милосердия

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 la cinquième course d'Orville dans

Только Господь в полной мере знает наши личные ограничения и способности, и поэтому Он – единственный, Кто имеет полное право судить о наших поступках.

Недавно я прочитала об одном случае, который глубоко тронул меня. Это произошло во время Национального чемпионата США по легкой атлетике среди ветеранов из числа старшего поколения.

Одним из участников забега на 1500 метров был 100-летний Орвилл Роджерс. Автор пишет:

«Когда раздался выстрел стартового пистолета, бегуны рванули с места, а Орвилл сразу же оказался последним. Он оставался там в одиночестве на протяжении всего забега, продвигаясь вперед крайне медленно. [Когда] финишировал последний участник забега, Орвиллу оставалось бежать еще два с половиной круга. Около 3000 болельщиков молча наблюдали, как он медленно передвигается по беговой дорожке в абсолютно молчаливом и неуютном одиночестве.

[Но] когда он вышел на последний круг, зрители вскочили на ноги, крича и аплодируя. К тому времени, когда он вышел на финишную прямую, болельщики ревели от восторга. Под одобрительные возгласы тысяч людей Орвилл собрал последние запасы сил. Все буквально взорвались от восторга, когда он пересек финишную черту и пал в объятия других участников состязания. Орвилл смиренно и благодарно помахал зрителям рукой и ушел с беговой дорожки вместе со своими новыми друзьями».

Это был пятый забег Орвилла в рамках

cette compétition, et dans chacune des autres épreuves, il avait également terminé à la dernière 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 chacune des 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

этого чемпионата, и во всех остальных он также занимал последние места. Некоторые могли поддаваться соблазну осудить Орвилла, полагая, что ему вообще не следовало участвовать в соревновании в его возрасте, что ему точно не место на беговой дорожке, потому что он значительно удлинит своим забегом продолжительность соревнований для всех остальных.

Но несмотря на то, что Орвилл всегда финишировал последним, в тот день он побил пять мировых рекордов. Никто из тех, кто наблюдал за его забегами, не поверил бы, что это возможно, но ни болельщики, ни соперники не были судьями. Орвилл не нарушал каких-либо правил, а судьи не изменяли какие-либо существующие правила. Он участвовал в забеге и выполнял те же требования, что и все остальные участники. Однако степень сложности его участия, в данном случае его возраст и ограниченные физические возможности, были учтены при позиционировании его в возрастную категорию от 100 лет и выше. И в этой категории он побил пять мировых рекордов.

Подобно тому, как Орвиллу требовалась великое мужество, чтобы раз за разом выходить на беговую дорожку, некоторым из наших сестер и братьев необходимо великое мужество, чтобы каждый день выходить на арену жизни с осознанием того, что о них могут судить несправедливо, даже несмотря на то, что они из всех сил стараются следовать за Спасителем и чтить свои заветы с Ним.

Независимо от того, в какой части мира мы живем, независимо от нашего возраста, основной человеческой потребностью для всех нас является потребность испытывать чувство принадлежности – чувствовать, что в нас нуждаются, что наша жизнь имеет цель и смысл, независимо от наших обстоятельств или ограничений.

На последнем круге болельщики бурно подбадривали Орвилла, что придавало ему сил продолжать забег. Не имело значения, что он финишировал последним. Для соревнующихся и зрителей это подразумевало гораздо большее, чем просто соревнование. Во многих отношениях это был прекрасный пример любви Спасителя в действии. Когда Орвилл финишировал, они ликовали все вместе.

Так же, как и на чемпионате ветеранов,

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 vient de l’unité et 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 en 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

церковные подразделения и семьи могут быть местами соби́рания, где мы ободряем друг друга – заветными сообществами, движимыми испытываемой друг к другу любовью Христовой – местами, где мы помогаем друг другу преодолевать любые трудности, с которыми мы сталкиваемся, даруя силу и поддержку без какого-либо осуждения. Мы нуждаемся друг в друге. Божественная сила приходит через единство, и именно поэтому намерение сатаны состоит в том, чтобы разобщать нас.

К сожалению, некоторым из нас иногда бывает сложно посещать церковные собрания по разным причинам. Это может быть человек, испытывающий трудности с верой или страдающий социальной тревожностью или депрессией. Это может быть человек из другой страны или другой расы, человек с другим жизненным опытом или другими взглядами, кто может чувствовать, что он не вписывается в наше представление о том, как должен быть устроен мир. Это могут быть страдающие от недосыпания и эмоционального перенапряжения родители младенцев и маленьких детей или кто-то не состоящий в браке в церковном подразделении, полном пар и семей. Это также может быть и тот, кто набрался мужества, чтобы вернуться после многих лет отсутствия, или кто-то с ноющим чувством, что он просто не соответствует ожиданиям и никогда не будет испытывать чувства принадлежности.

Президент Нельсон сказал: «Если пара в вашем приходе развелась, или молодой миссионер вернулся домой раньше срока, или подросток сомневается в своем свидетельстве, им не нужно ваше осуждение. Им нужна чистая любовь Иисуса Христа, отраженная в ваших словах и действиях».

Наш опыт в Церкви способствует формированию тех жизненно важных связей с Господом и другими людьми, которые совершенно необходимы для нашего духовного и эмоционального благополучия. Неотъемлемой частью заветов, которые мы заключаем с Богом, начиная с крещения, является наша обязанность любить и заботиться друг о друге как о членах семьи Бога, членах тела Христова, а не просто ставить галочки в списке дел, которые мы обязаны делать.

Любовь и забота по примеру Христа более возвышенны и более святы. Милосердие

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 lesamoncel-erles unssurles autres. »

Le Sauveur a dit : « À l'écoutez reconnaître 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 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 lui et aussi s'aiment les uns les autres.

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 et aimer comme il aime. 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

есть чистейшая любовь Христова. Как учил Президент Нельсон: «Милосердие мотивирует нас ‘нести бремена друг друга’ [Мосия 18:8], а не сваливать их друг на друга».

Спаситель сказал: «Потому узнают все, что вы Мои ученики, если будете иметь любовь между собою». Президент Нельсон добавил: «Милосердие – это главная черта последователя Иисуса Христа. Послание Спасителя звучит ясно: Его истинные ученики созидают, возвышают, ободряют и вдохновляют – независимо от того, насколько сложной является ситуация... То, как мы разговариваем с кем-то и о ком-то... действительно имеет значение».

Учение Спасителя об этом очень простое. Оно выражается в Золотом правиле: поступай с другими так, как хочешь, чтобы они поступали с тобой. Поставьте себя на место этого человека и относитесь к нему так, как вы хотели бы, чтобы относились к вам, окажись вы на его месте.

Отношение к другим людям по примеру Христа простирается далеко за рамки наших семей и церковных подразделений. Оно включает в себя наших сестер и братьев, принадлежащих к другим вероисповеданиям или не принадлежащих ни к одному из них. Оно также включает в себя наших братьев и сестер из других стран и культур, а также людей с разными политическими убеждениями. Все мы – часть семьи Бога, и Он любит всех Своих детей. Он желает, чтобы Его дети любили Его, а также друг друга.

Жизнь Спасителя была примером любви, собирания и воодушевления даже тех, кого общество считало изгоями и нечистыми. Он являет Собой для нас пример, которому заповедано следовать. Мы здесь, чтобы развивать качества, присущие Христу, и в конечном итоге стать подобными нашему Спасителю. Его Евангелие – это не Евангелие контрольных списков. Это Евангелие становления – становления такими, каким является Он, а также способности любить так, как любит Он. Он хочет, чтобы мы стали народом Сиона.

Когда мне было чуть больше двадцати, я пережила период глубокой депрессии, и в то время казалось, что реальность существования Бога внезапно исчезла. Не могу полностью объяснить это чувство, кроме того, что

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 quand elles 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

я чувствовала себя совершенно потерянной. С раннего детства я всегда знала, что мой Небесный Отец рядом и что я могу говорить с Ним. Но в то время я уже не знала, есть ли Бог. Никогда в жизни я не испытывала ничего подобного, и мне казалось, что все мое основание рушится.

В результате этого мне было сложно посещать церковные собрания. Я посещала, но отчасти потому, что боялась, что меня назовут «неактивной» или «менее верной», и кроме того боялась стать чьим-то порученным проектом. В то время я очень нуждалась в ощущении искренней любви, понимании и поддержке, а не в осуждении со стороны окружающих.

Некоторые домыслы, которые, как я опасалась, люди будут делать в отношении меня, я сама делала в отношении других людей, когда они не посещали регулярно церковные собрания. Этот болезненный личный опыт преподавал мне несколько ценных уроков о том, почему нам заповедано не судить друг друга несправедливо.

Есть ли среди нас такие, кто страдает молча, боясь, что другие узнают об их скрытой борьбе, потому что не знают, какой будет реакция?

Только Господу в полной мере известно, насколько на самом деле тяжелы те трудности, с которыми сталкивается каждый из нас на своем жизненном поприще – ноша, испытания и препятствия, которые выпадают на нашу долю и которые зачастую не видны окружающим. Только Он полностью понимает судьбоносные ранние травмы, что, возможно, некоторые из нас пережили в прошлом и которые все еще влияют на нас в настоящее время.

Часто мы даже сурово осуждаем сами себя, полагая, что должны были добиться куда более выдающихся успехов. Только Господь в полной мере знает наши личные ограничения и способности, и поэтому Он – единственный, Кто имеет полное право судить о наших поступках.

Сестры и братья, давайте станем подобными болельщикам в этой истории и будем подбадривать друг друга на нашем пути ученичества вне зависимости от обстоятельств! Для этого не требуется нарушать правила или снижать нравственные нормы. На самом деле

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 la course de la vie et le seul 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.

это вторая наибольшая заповедь – любить ближнего, как самого себя. И как изрек наш Спаситель: «Так как вы сделали это одному из сих братьев Моих меньших, то сделали Мне», к добру или к худу. Он также сказал нам: «Если вы не едины, вы не Мои».

В жизни каждого из нас наступят времена, когда именно мы будем нуждаться в помощи и ободрении. Давайте уже сейчас возьмем на себя обязательств всегда делать это друг для друга. Поступая так, мы разовьем большее единство и создадим пространство для Спасителя, чтобы Он мог выполнять Свою священную работу по исцелению и преображению каждого из нас.

Те из вас, кто, возможно, чувствуют, что сильно отстали в забеге жизни на этом земном пути, пожалуйста, продолжайте продвигаться вперед. Только Спаситель может в полной мере оценить, где вы должны быть в данный момент, и Он исполнен сострадания и справедливости. Он – Великий Судья на жизненном пути, и единственный, кто полностью понимает уровень сложности пути, по которому вы бежите, идете или ковыляете. Он примет во внимание ваши ограничения, ваши способности, ваш жизненный опыт и скрытые ноши, которые вы несете, а также желания вашего сердца. Возможно, вы тоже побьете символические мировые рекорды. Пожалуйста, не теряйте надежды. Прошу, продолжайте! Пожалуйста, оставайтесь рядом! Вы действительно принадлежите этому кругу! Господь нуждается в вас, и мы нуждаемся в вас!

Где бы вы ни жили в мире, каким бы отдаленным ни было это место, пожалуйста, всегда помните, что ваш Небесный Отец и ваш Спаситель знают вас и любят совершенной любовью. Они никогда не забывают о вас. Они хотят привести вас домой.

Сосредотачивайте свой взор на Спасителя. Он – ваши железные перила. Не упускайте Его из вида. Я свидетельствую, что Он жив и что вы можете доверять Ему. Я также свидетельствую, что Он подбадривает вас.

Давайте же все будем следовать примеру Спасителя и подбадривать друг друга – об этом я молюсь во имя Иисуса Христа, аминь.