

L'Éternel regarde au cœur

Par Ronald M. Barcellos
des soixante-dix

Herren ser till hjärtat

Äldste Ronald M. Barcellos
i de sjuttios kворum

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

Allt Gud behöver för att uppnå sina syften och hjälpa oss att bli dem han vill att vi ska bli är att vi var och en helt och fullt vänder hjärtat till honom.

När profeten Samuel befalldes att välja ut en ny kung av Israel bland Ishais söner såg han på Ishais äldste son Eliab och utbrast entusiastiskt: "Det är säkert Herrens smorde som står här inför Herren." Men Eliab var inte Herrens utvalde tjänare. Frälsaren gav Samuel en varning: "Se inte på hans yttre och hans resliga gestalt. Jag har förkastat honom, för det går inte efter vad en människa ser. En människa ser det som är för ögonen, men Herren ser till hjärtat."

Även om David kanske inte var den fysiskt starkaste eller mest skickliga av sina bröder hade han en inre styrka i Guds ögon. Han älskade Gud av hela sitt hjärta och hade en djup önskan att lyda honom. Hans tro på Guds kärlek, makt och utlovade välsignelser var orubblig, vilket han senare visade när han oförskräckt stred mot och besegrade Goliath med Herrens hjälp.

Av den här berättelsen lär vi oss att allt Gud behöver för att uppnå sina syften och för att hjälpa oss bli dem han vill att vi ska bli, är att vi var och en helt och fullt vänder hjärtat till honom. Till en laglärd gav han befallningen: "Du ska älska Herren din Gud av hela ditt hjärta." Till profeten Joseph Smith sa han: "Se, Herren fordrar hjärtat och ett villigt sinne." Och till nephiterna bjöd den uppståndne Frälsaren: "Som offer till mig ska ni frambära ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande."

Varför är det så? Frälsaren lärde att om vårt

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

hjärta är fullständigt vänt till honom kan vi tack vare hans försoningsoffer välsignas med den styrka och de andliga gåvor vi behöver för att övervinna våra jordiska svårigheter, motstå frestelser, ta emot vägledning och kunskap, och känna glädje och frid i livet. "Av det ringa kommer det som är stort." Han sa att han kan "göra så att det svaga blir starkt för dem" och välsigna oss med allt vi behöver för att lyckas i det här jordiska livet och för att ta emot evigt liv. "Saliga är de renhjärtade", sa han, "för de ska se Gud."

Jag tror att det åtminstone delvis var därför som Jesus Kristus så ofta tillrättavisade de laglärdade och fariseerna under sin verksamhet på jorden. Även om de nitiskt höll Guds lag, gjorde de det av fel anledning. Han tillrättavisade dem med orden: "Detta folk ärar mig med sina läppar, men deras hjärtan är långt ifrån mig."

Det är en klok påminnelse till alla hans lärjungar om att det inte bara handlar om vad vi gör – våra ord och gärningar – utan också varför vi gör det som Jesus Kristus har bett oss göra – våra önskemål och motiv. Han sa: "För jag, Herren, ska döma alla människor enligt deras gärningar, enligt deras hjärtans önskemål." Vår himmelske Fader önskar att hans barn gör mer än att mekaniskt lyda och tjäna. Han vill att vi ska göra det här med ett ärligt uppsåt för att vi älskar honom av hela vårt hjärta. Han vill att vi ska vilja bli som han.

Men, om vårt hjärtas andliga välbefinnande är en av Frälsarens främsta angelägenheter – det han ser efter i en sann lärjunge – hur granskar vi då vårt hjärta för att få veta om det är uppriktigt inför Gud?

När min fru och jag nyligen återvände från vår mission i Portugal genomgick vi en rad hälsoundersökningar för en utvärdering av vårt fysiska tillstånd. Några av de här proverna var inriktade på vår hjärthälsa – såsom blodprover, ekokardiogram och stresstest. Jag tror att Frälsaren också har försett oss med en uppsättning andliga provtagningar som vi kan använda för att utvärdera vårt hjärtas andliga tillstånd. Låt mig nämna några av dem för er.

Utvärdera ditt hjärta med andliga provtagningar

« 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

”För där din skatt är, där kommer också ditt hjärta att vara”, lärde Jesus. En skatt är något som är värdefullt för oss, något vi kämpar för och uppmärksammar. Det vi väljer att ägna tid, fokus och uppmärksamhet åt, såväl som det som motiverar oss att göra det vi gör, säger en hel del om vårt hjärta. Frälsaren varnade för att många är kallade av honom, men få är utvalda ”eftersom deras hjärtan i så hög grad är fästa vid det som hör denna värld till och de strävar efter att äras av människor”. Prioriterar jag Frälsaren i mitt liv? Har jag blicken endast fäst på Guds ära?

Överallt i skrifterna har Herren och hans profeter sammanlänkat stolthet och olydnad med ett förhärdat hjärta. Nephi förmanade sina bröder med orden: ”Hur kommer det sig att ni inte lyder Herrens befallningar? Hur kommer det sig att ni vill förgås för era hjärtans hårdhets skull?” Till de heliga i Missouri gav Herren varningen: ”Men den som inte gör något förrän han blir befalld och tar emot en befallning med tveksamt hjärta och utför den med lättja, han är fördömd.” Även om Frälsaren inte förväntar sig att vi felfritt lyder hans bud, så förväntar han sig att vi vill och strävar efter att lyda dem av hela vårt hjärta.

Herren befallde Oliver Cowdery att ”samla ... dessa ord i ditt hjärta”. Vi uppmanas att flitigt utforska skrifterna och, genom den Helige Andens kraft, sträva efter att få kunskap och ett vittnesbörd om evangeliets sanning i våra hjärtan.

Profeten Abinadi tillrättavisade den onde kung Noas präster för att inte ha gjort det: ”Ni har inte av hjärtat ansträngt er att förstå. Därför har ni inte varit visa.” Anstränger jag mig uppriktigt att studera skrifterna varje dag och helhjärtat försöka förstå dem genom bön?

Frälsaren lärde att ”från hjärtat kommer onda tankar” och ”vad hjärtat är fullt av, det talar munnen”. Kvaliteten på våra tankar och ord är en bra indikator på vårt hjärtas renhet. Hyser jag alltför många negativa tankar om andras handlingar eller motiv, eller till och med om mig själv? Är jag för snar att döma och fördöma andra?

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, de nous repentir sincèrement de nos péchés, et

Försöker jag ursäkta eller berättiga mina misstag? Och hur är det med mina ord? Är de upplyftande och inspirerande för dem omkring mig? Eller skapar de ofta konflikt och irritation?

När mina fystester var klara sa min läkare till mig att mitt hjärta överlag var friskt – men det fanns några bekymmer som behövde åtgärdas nu, innan de blev allvarliga. Han ordinerade en del livsstilsförändringar. När du på liknande sätt gör den här andliga bedömningen av ditt hjärta och upptäcker att negativa symptom börjar smyga sig på, ska du inte få panik! Frälsaren tillhandahåller utmärkta andliga mediciner och behandlingar för att hjälpa dig. Han har till och med lovat att ge dig ett nytt hjärta! Här är några åtgärder som kan förbättra ditt hjärtas andliga styrka.

Förbättra ditt hjärtas andliga hälsa

När vi dagligen avsätter tid åt att komma närmare Kristus förändras våra hjärtan. Dagliga skriftstudier tillsammans med uppriktiga böner och regelbunden fasta ökar din kärlek till Frälsaren och stärker din tro och vilja att omvända dig och ödmjukt överlämna ditt hjärta åt Gud. Tänk på Nephis föredöme här: "Därför ropade jag till Herren, och se, han besökte mig och uppmjukade mitt hjärta så att jag trodde alla de ord som hade talats av min far."

I det att vi fortsätter ge näring åt trons frö genom våra rättfärdiga önskningar och gärningar, får vi uppleva samma hjärtats helgelse som nephiterna: "De fastade och bad ofta och växte sig starkare och starkare i sin ödmjukhet och fastare och fastare i tron på Kristus, till dess deras själar fylldes av glädje och tröst, ja, så att deras hjärtan renades och heliggjordes med en heliggörelse som kommer på grund av att de överlämnade sina hjärtan åt Gud."

Frälsaren sa: "Om ni älskar mig håller ni fast vid mina bud." Han bjöd oss att visa vår kärlek genom att ingå och hålla förbund med honom. I vår dagliga strävan att hålla hans bud, uppriktigt omvända oss från våra synder och fortsätta ta på oss hans namn och rätta vår vilja efter hans vilja,

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.

kan vi välsignas med den Helige Andens ständiga sällskap.

Nephi vittnade: ”Därför vet jag, mina älskade bröder, att om ni följer Sonen helhjärtat, utan hyckleri eller förställning inför Gud, men med ärligt uppsåt och omvänder er från era synder och vittnar för Fadern att ni är villiga att ta på er Kristi namn genom dopet ... då ska ni ta emot den Helige Anden.” Den Helige Anden vägleder dig och hjälper dig att få veta Herrens vilja och göra goda val.

Frälsaren inbjuder alla att ”tjäna honom av allt ert hjärta”. När vi väljer att göra allt det som Herren har bitt oss göra – som att hålla buden, ta del av sakramentet, tillbe i templet och tjäna andra – med ett uppriktigt hjärta och med ärligt uppsåt, blir varje gärning av tjänande och tillbedjan en mäktig andlig upplevelse som stärker vår tro och vårt vittnesbörd, och fyller vårt hjärta med glädje och kärlek till Gud och våra medmänniskor.

Profeten Almas fråga genljuder än i dag: ”Har ni blivit andligen födda av Gud? Återspeglas hans bild i era ansikten? Har ni upplevt denna mäktiga förändring i era hjärtan?”

Bröder och systrar, jag uppmanar er att ge hela ert hjärta till Frälsaren i dag. Låt varje gärning av tillbedjan och tjänande vara uppriktig och meningsfull. Lägg världens distraktioner åt sidan och sträva efter att ha meningsfull tid för Herren varje dag i livet. Omvänd er och återvänd till honom av hela ert hjärta, så ska han omsluta er i sin kärleks armar. Sök inte det som hör den här världen till, utan välj att endast ha blicken fäst på Guds ära, och sök det som hör till en bättre värld. Han är medveten om era tankar och ert hjärtas begär, och när ni kommer till honom välsignar han er med styrka, tillförsikt, frid och glädje i det här livet och en plats i hans celestia rike i all evighet.

Jag vet att Jesus Kristus lever. Han är vår Återlösare. Och han älskar dig och mig av hela sitt hjärta. I Jesu Kristi namn, amen.