

La recette de la Bonne nouvelle

Par John D. Amos
des soixante-dix

Te arata'ira'a nō te parau 'āpī maita'i

Nā Elder John D. Amos
Nō te Hitu 'Ahuru

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 avons 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 mon attention et m'a fait sourire. La vidéo s'in-

Nō reira, mea nāhea 'ia tu'u fa'ahou atu ā ia Iesu Mesia i roto i tō ōutou orara'a ?

'Ahiri ē 'ua haere a'ena 'outou i tō'u fenua nō Louisiane, 'ua 'ite ia 'outou i te raura'a o tā mātou mau mā'a mōmona : gombo, jambalaya, étouffée e tē vai fa'ahou ā.

I te tahi mau taime, e mea au nā'u 'ia tunu i te hōē o te reira mau mā'a mōmona. Te tuha'a hope'a i muri mai i te 'āno'ino'ira'a i te mau mā'a ota 'e te pe'era'a i te mau arata'ira'a, 'o te tāmatarā'a hope'a ia nō te 'ite ē 'aita ānei e mea e ma'iri ra. I terā taime, mai te au ra ē tē fa'aro'o ra vau i te mau tūtu 'aravihi 'ia muhumuhu mai « 'A tu'u atu ā i te Tony's i roto ». E poapoa creole te Tony's tei hāmanihia i Opelousas, Louisiane, tō'u 'oire 'ā'ā. E fa'āōhipa-pinepine-hia te reira « mā'a 'ōmo'e » nō te fa'āāfaro i te mau hapehape i ravehia 'a pe'e ai i te parau arata'ira'a.

'Ua fāna'o roa māua tā'u vahine 'o Michelle 'ia tāvini 'ei fa'atere misiōni i Louisiane. E peu tumu nā māua 'ia ha'api'i atu i te mau misiōnare 'ia tunu i tāna jambalaya tā'a 'e i te ru'i hope'a nō rātou hou 'a ho'i atu ai i tō rātou mau 'utuāfare. Hau atu i tō rātou mau 'iterā'a pāpu nō ni'a i te 'evanelia i fa'aho'ihia mai a Iesu Mesia, e ho'i atu tā māua mau misiōnare ma te au maita'i i te mau mā'a.

Tau 'ava'e i ma'iri a'enei, tē fefeu ra vau i te Vairā'a buka nūmeri a te 'Ēkālesia 'e 'ua 'ite atu vau i te hōē pū'oi nūmeri nō te ha'aputurā'a vīteopotoma'aparaurā'a 'e te peresideni Russell M. Nelson. 'Ua haru tō'u mata i te upō'o parau o taua mau vīteopotoma'ara 'e 'ua 'ata'ata vau. 'Oia ho'i « Te

titulait « 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^{anniver-}saire 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 dont cela affectait leur travail missionnaire. Les

mau pāpā'ira'a mo'a, e mau arata'ira'a [recettes] ia nā te Atua nō te orara'a 'oāoā ». 'Ua pata 'oi'oi atu vau i taua video ra e piti minuti te roa 'e 'ua māta'ita'i au i te peresideni Nelson 'ia ha'api'i atu i te hōē pupu tamari'i Paraimere i te hōē poro'i 'ōhie 'e te pūai nō nāhea 'ia ora 'oāoā. 'Ua ha'api'i 'oia : « 'Ia hāmani 'outou i te farāoa monamona e pēē 'outou i te mau arata'ira'a, e 'ere ānei ? 'E e roa'a mai te farāoa maita'i, e 'ere ānei ? »

'Ua parau ā oia, nō ni'a i te 95ra'a o tōna matahiti e fātata mai ra: « E parau mai te tāata, 'E aha tā 'oe e 'amu ? E aha tā 'oe rāve'a 'ōmoē ? » 'Ua pāhono 'oia : « Te rāve'a 'ōmoē o te mau pāpā'ira'a mo'a ia » E ti'a ia 'outou 'ia tai'o 'e 'ia tāmata ».

Nō reira, terā ia. Te tāviri 'ōhie nō te hōē orara'a 'oāoā 'o te pēē-noa-ra'a ia i te arata'ira'a a te Atua i fa'a'ite-maita'i-hia i roto i te mau pāpā'ira'a mo'a. E parau vau i te reira « Te arata'ira'a nō te parau 'āpī maita'i ».

E aha tā 'oe e rave 'ia hape ana'e te hōē vāhi 'a pēē ai 'oe i te arata'ira'a ? 'Aua'a a'e, tē vai nei i roto i te arata'ira'a nō te parau 'āpī maita'i « te mea huna » e ha'amanuia noa ia 'oe i te pae hope'a. 'O Iesu Mesia iho te pāhonora'a i te mau taime ato'a.

I tō'u mana'o, tē vai nei te mau tāime e mana'o tātou ē 'āita tā tātou mau mā'a nō te tūtu [ingrédients] i tano maita'i, 'aore rā tē fifi nei tātou 'ia pēē i te mau arata'ira'a, 'aore rā tē rave nei paha tātou i te hōē mea ma te nanera'a, 'aore rā tē tupu nei te hōē mea nā rāpae atu i tā tātou fa'ānaho'a, 'e rau atu ā.

E aha te rāve'a ? 'Oia ho'i te tu'u-fa'ahou-ra'a ia i te mea e fa'a'o mai ia Iesu Mesia i roto i tō 'ōutou orara'a.

Nō reira, mea nāhea 'ia tu'u fa'ahou atu ā ia Iesu Mesia i roto i tō 'ōutou orara'a ?

'Ei peresideni misiōni, e 'oāoara'a tā'a ē nō'u i te fārerei-tāmau-ra'a i te mau misiōnare tāta'itahi i te mau hepetoma e ono ato'a. I roto i taua mau fārereira'a, e mea mātauhia nō te mau misiōnare 'ia 'imi i te mau arata'ira'a nō ni'a i te ha'ama-ta'ira'a i tō rātou mau hoara'a.

I te hōē taime, 'ua haere mai te hōē misiōnare i tāna uiuira'a 'e 'ua pārahi mai. Nā roto noa i tōna huru tino, 'ua 'ite au ē tē teimaha nei tōna ferurira'a. 'Ua ui atu vau: « Elder, e aha tā 'oe e hina'aro 'ia 'āparau tāua ? » 'Ua fa'a'ite mai ra 'oia i te mau tāmatarā'a tāna e fa'aruru ra i piha'i iho i tōna hoa misiōnare 'e te paura'a tō rāua itoito i roto i te 'ōhipa misiōnare. Ma te roimata i roto i

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

tōna mata, 'ua hi'o mai 'oia iā'u ma te ui mai : « Peresideni, e aha vau nei e rave ? »

I terā tāime, 'aita roa vau i 'ite 'ia pāhono atu. Te hōē tāime poto i muri mai, 'ua ani au e au ānei nāna 'ia pure 'āmui māua nō te arata'ira'a a te Vārua. 'Ua fa'ari'i 'oia 'e 'ua tūturi māua 'e 'ua pure 'ia fa'auruhia.

I muri mai i te pure, 'ua vai tūturi noa māua 'e 'ua pārahi i ni'a i tō māua parahira'a ma te hi'o mata te tahi i te tahi. 'Ua ui au e au ānei 'ia tai'o māua i te hōē 'irava. I tō māua tātarara'a i tā māua mau buka pāpā'ira'a mo'a, 'ua fa'aea vau e 'ua parau atu iāna, « Elder, 'ia tai'o ana'e tāua, 'a ui ia 'oe iho i teie uirā'a i muri nei : Mai te mea e ora vau i teie mau mea, e maita'i ānei tō māua hoara'a 'e tā māua tāvinira'a misiōnare ? »

I reira 'ua 'itea ia māua Moroni 7:45 'e 'ua tai'o pūai : « E fa'aōroma'ira'a roa tō te aroha 'e te hāmani maita'i, e 'ore te aroha e fe'i'i, e 'ore te aroha e fa'arahi, e'ita e 'imi i te maita'i nōna iho, e'ita e riri vave, e'ita e mana'o 'ino ia vetahi 'ē, e'ita e 'oāoa i te parauti'a 'ore e 'oāoa rā i te parau mau, e fa'aōroma'i i te mau mea ato'a ra, e fa'aro'o i te mau mea ato'a ra, e tia'i i te mau mea ato'a ra, e ha'amahu i te mau mea ato'a ra.

Fāriu mai ra te elder iā'u ma te roimata i tōna mata 'e 'ua parau mai, « 'Oia mau e peresideni, terā rā e mea fifi 'ia rave ». 'Ua fa'ari'i au i tōna mana'o 'e 'ua fa'aha'amana'o atu ē e tamaiti 'oia nā Te Atua, ma te rāve'a hanahana nō te rave atu i te reira 'e Te Fatu.

I muri mai 'ua paraparau poto māua i te parabole nō te 'ēa pa'i'uma i ha'api'ihia mai e Elder Clark G. Gilbert, tei fa'aha'amana'o mai ia tātou i te tītaura'a 'ia ha'amata i te vāhi i reira tātou 'e, ma te 'āpēehia 'e Te Fatu, 'ia haere i mua 'e i ni'a ma te poupou. 'Ua ta'a iā'u ē tē vai teimaha noa ā ra 'oia i te mau tītaura'a i muri mai, nō reira 'ua ani au iāna 'ia fa'ata'a mai i tōna hāro'aro'ara'a i te parau pāpā'i « nā roto i te mau mea iti 'e te pāpū e fa'atupuhia ai te mau mea rarahi ». 'Ua ha'apāpū mai ra 'oia i te aura'a o te reira ha'api'ira'a 'oia ho'i, 'ia rave ana'e i te mau mea iti 'e te pāpū, e tupu mai te mea rarahi. 'Ua ani au iāna 'ia feruri 'e 'ia fa'a'ite mai e piti nā mea iti 'e te pāpū tāna e rave nō te riro mai 'ei hoa maita'i nō tōna hoa misiōnare.

Tau tāime i muri mai, 'ua fa'a'ite mai 'oia i

idées. Je l'ai ensuite invité à prendre une minute pour trouver deux petites choses simples qui lui 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'. »

tōna mau mana'o. I reira, 'ua ani au iāna 'ia feruri 'e 'ia fa'a'ite mai e piti nā mea iti 'e te pāpu tāna e rave nō te fa'aroma'i i pihai iho i tōna hoa. 'Ua fa'a'ite 'oi'oi roa mai 'oia i tōna mau mana'o. E mea māramarama ē 'ua feruri na 'oia i te reira hou tō māua fārereira'a. 'Ua ani atu vau iāna 'ia pure i te Atua nō taua mau mea nei 'e 'ia ani i te ha'apāpūra'a, te arata'ira'a 'e te fa'aurura'a nō te fa'atupu i tāna fa'aotira'a ma te hina'aro mau. 'Ua fa'ari'i 'oia i te reira. Hou māua 'a ta'a ē ai, 'ua ani au 'ia fa'atae mai i te hōē parau fa'a'ite poto noa nā roto i tāna rata tāhepetoma.

I te mau hepetoma i muri iho, 'ua 'ite au i te huru maita'i mai ra te mau mea nā roto i tāna mau rata tāhepetoma. 'Eiaha noa i roto itānam-au rata tāhepetoma, i roto ato'a rā i te mau rata tāhepetoma a tōna hoa. I tō māua uuiura'a i muri mai, 'ua 'ite au i te ta'a-'e-ra'a hōhonu i roto i tōna hōho'a mata 'e te vārua. 'Ua ui atu vau iāna : « 'A parau mai na, Elder, mea mau ānei ē e 'ore roa te aroha e mou » ? 'Ua pāhono mai 'oia ma te mata 'ata'ata, « 'Oia mau, 'e nā roto i te mau mea iti 'e te pāpū ra e fa'atupuhia ai te mau mea rarahi ».

'A ha'apa'o noa ai 'outou i te arata'ira'a nō te parau 'āpī maita'i nō te orara'a 'o'aoa, 'a ha'amana'o i te ha'api'ira'a a te peresideni Nelson, « Noa atu te huru o tā 'outou mau uira'a 'aore rā tō 'outou mau fifi, e 'ite-tāmau-hia te pāhonora'a i roto i te orara'a 'e te mau ha'api'ira'a a Iesu Mesia. » 'A ha'api'i hau atu nō ni'a i tāna Tāra'ehara, tōna here, tōna maita'i, tāna ha'api'ira'a tumu, 'e tāna 'evanelia i fa'aho'i-fa'ahou-hia mai nō te fa'aora 'e nō te haere i mua. 'A fāriu atu i ni'a iāna ! 'A pe'e iāna ! »

'Ia hina'aro 'outou e « fa'aro'o iāna » 'e 'ia 'ite nāhea 'ia fa'ahaere mai ia Iesu Mesia i roto i tō 'outou orara'a, 'a feruri i te mau ta'ahira'a tā te peresideni Nelson i ha'api'i mai nō ni'a i te heheura'a o te ta'ata iho :

« 'A 'imi i te hōē vāhi hau i reira e ti'a ia 'outou 'ia haere tāmau ai. E fa'aha'eha'a ia 'outou iho i mua i te Atua. 'A nīni'i atu i tō 'outou 'āau i tō 'outou Metua i te ao ra. 'A fāriu i ni'a iāna nō te pāhonora'a 'e te tamāhanahanara'a.

« E pure nā roto i te i'oa o Iesu Mesia nō ni'a i tō 'outou mau māna'ona'ora'a, mau mata'u 'e mau paruparu—'oia, te hia'ai mau o tō 'outou 'āau. 'Ei reira e fa'aro'o ai ! 'A pāpā'i i te mau mana'o e tae mai i roto i tō 'outou ferurira'a. 'A pāpā'i i tō 'outou mau mana'o 'e 'a pe'e i te reira nā roto i te 'ohipa tei fa'auruhia 'outou 'ia rave. Mai te mea e tāmau noa 'outou i teie 'ohipa i terā mahana 'e terā mahana, i terā 'ava'e 'e terā 'ava'e, i terā ma-

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

tahiti 'e terā matahiti, 'e tupu ia 'outou i te rahi i roto i te parau tumu o te heheura'a ».

Tē fa'ā'ite pāpū nei au ē, 'o Iesu Mesia tō tātou Fa'aora 'e tō tātou Tāra'ehara. « 'Ua fa'aoti [oia] i te mau mea ato'a i tītauhia 'ia ho'i tātou i tō [tātou] Metua i te ra'i ». Na roto i te i'oa o Iesu Mesia, 'āmene.