



Par Cheryl A. Esplin

Deuxième conseillère dans la présidence générale de la Primaire

La Sainte-Cène, un renouvellement de l'âme

L'Esprit guérit et régénère notre âme. La bénédiction que nous promet la Sainte-Cène est que nous aurons toujours l'Esprit du Christ avec nous.

Une fois, un groupe de jeunes filles m'a demandé : « Que regrettez-vous de ne pas avoir su quand vous aviez notre âge ? » Si je devais répondre maintenant à cette question, je dirais : « Je regrette de ne pas avoir mieux compris à votre âge l'importance de la Sainte-Cène. Je regrette de ne pas avoir compris la Sainte-Cène de la manière que Jeffrey R. Holland l'a décrite : 'L'une des invitations inhérentes à l'ordonnance de la Sainte-Cène est qu'elle

soit une véritable expérience spirituelle, une sainte communion, une régénération de l'âme¹. »

Comment la Sainte-Cène peut-elle être « une véritable expérience spirituelle, une sainte communion, une régénération de l'âme », chaque semaine ?

La Sainte-Cène devient une expérience spirituelle qui nous fortifie quand nous écoutons les prières de Sainte-Cène et nous engageons de nouveau à honorer nos alliances.

Pour cela, nous devons être disposés à prendre sur nous le nom de Jésus-Christ². Parlant de cette promesse, Henry B. Eyring a enseigné : « Cela veut dire que nous devons nous considérer comme siens. Nous lui donnerons la première place dans notre vie. Nous voudrions ce qu'il veut et non ce que nous voulons ou ce que le monde nous enseigne à vouloir³. »

Quand nous prenons la Sainte-Cène, nous faisons aussi l'alliance de nous « souvenir toujours⁴ » de Jésus-Christ. La nuit qui précéda sa crucifixion, le Christ rassembla ses apôtres et instaura la Sainte-Cène. Il rompit le pain, le bénit et dit : « Prenez, mangez ; ceci est en souvenir de mon corps que je donne en rançon pour vous⁵ ». Il prit ensuite une coupe de vin, la bénit, la donna à boire à ses apôtres puis dit : « Ceci est en souvenir de mon sang [...] qui est répandu pour ceux qui croiront en mon nom⁶. »

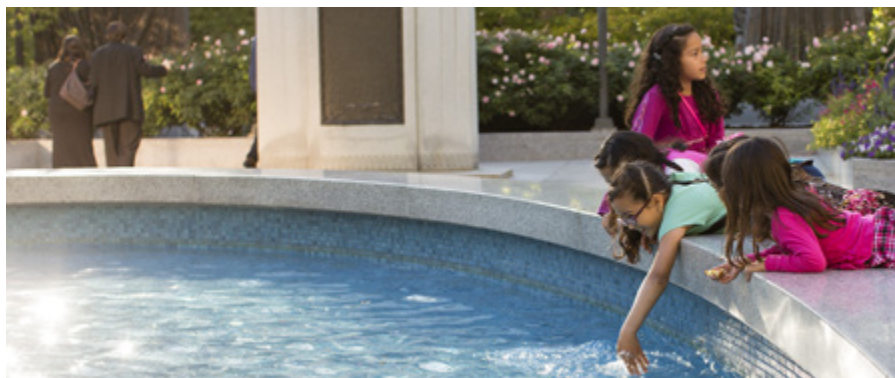
Parmi les Néphites et, de nouveau, au rétablissement de son Église dans les derniers jours, il a répété que nous devons prendre la Sainte-Cène pour nous souvenir de lui⁷.

Quand nous prenons la Sainte-Cène, nous témoignons à Dieu que nous nous souviendrons toujours de son Fils, pas seulement pendant la courte durée de l'ordonnance de la Sainte-Cène. Cela signifie que nous nous en remettons constamment à l'exemple et aux enseignements du Sauveur pour guider nos pensées, nos choix et nos actes⁸.

La prière de Sainte-Cène nous rappelle également que nous devons « garder les commandements qu'il [nous] a donnés⁹ ».

Jésus a dit : « Si vous m'aimez, gardez mes commandements¹⁰. » La Sainte-Cène nous donne la possibilité de nous livrer à une introspection et de remettre notre cœur et notre volonté à Dieu. L'obéissance aux commandements nous apporte le pouvoir de l'Évangile ainsi qu'une plus grande paix et une plus grande spiritualité.

La Sainte-Cène nous donne un moment où vivre une véritable expérience spirituelle en réfléchissant au pouvoir rédempteur de l'expiation du



Sauveur. Une dirigeante des Jeunes Filles a récemment appris une leçon sur la force que nous recevons lorsque nous nous efforçons de prendre la Sainte-Cène en réfléchissant profondément. Pour finir le programme mon Progrès Personnel, elle s'était fixé l'objectif de se concentrer sur les paroles des cantiques et des prières de Sainte-Cène.

Chaque semaine, elle faisait son examen de conscience pendant la Sainte-Cène. Elle se souvenait des fautes qu'elle avait commises, et elle s'engageait à être meilleure au cours de la semaine suivante. Elle était reconnaissante de pouvoir être sur le droit chemin et de pouvoir être purifiée.

Au sujet de cette expérience, elle a dit : « J'agissais sur la partie de l'Expiation qui concerne le repentir. »

Un dimanche, après s'être livrée à cet examen de conscience, elle était abattue et pessimiste. Elle se rendait compte que de semaine en semaine elle continuait à commettre les mêmes fautes encore et encore. Puis, soudain, elle a eu la nette impression qu'elle négligeait une partie essentielle de l'Expiation, le pouvoir que le Christ nous donne. Elle avait oublié toutes les fois où le Sauveur l'avait aidée à être celle qu'elle devait être et à servir au-delà de ses capacités.

Cette pensée à l'esprit, elle s'est remémorée la semaine précédente. Elle a dit : « Un sentiment de joie a brisé ma mélancolie quand j'ai compris qu'il m'avait donné beaucoup de possibilités et de capacités. J'ai remarqué avec reconnaissance que j'avais la capacité de discerner les besoins de mon enfant quand ils ne se manifestaient pas de manière évidente. J'ai remarqué que quand je pensais que ma journée avait été trop pleine pour faire quelque chose de plus, j'avais pu offrir des paroles de réconfort à une amie. J'avais fait preuve de patience dans une situation qui provoquait généralement le contraire chez moi ».

Elle a conclu : « Remerciant Dieu du pouvoir que me donne le Sauveur, j'avais une attitude plus optimiste envers le processus du repentir que j'étais en train de suivre et



j'envisageais la semaine à venir avec une espérance renouvelée. »

Melvin J. Ballard a enseigné comment nous pouvons connaître la guérison et la purification lors de la Sainte-Cène. Il a dit :

« Existe-t-il une personne parmi nous qui ne blesse pas son esprit en parole, en pensée ou en action d'un sabbat à l'autre ? Nous faisons des choses que nous regrettons et dont nous désirons être pardonnés. [...] La méthode pour obtenir le pardon consiste à nous repentir de nos péchés, à aller vers les gens envers qui nous avons péché ou transgressé et à obtenir leur pardon, et à nous rendre ensuite à la table de Sainte-Cène, où, si nous nous sommes sincèrement repentis et nous sommes placés dans les conditions adéquates, nous serons pardonnés et la guérison spirituelle sera apportée à notre âme. [...] »

Puis il a ajouté : « Je suis témoin que la bénédiction de la Sainte-Cène s'accompagne d'un esprit qui réchauffe l'âme de la tête au pied. Vous sentez que vos blessures spirituelles guérissent et que votre fardeau s'allège. Le réconfort et le bonheur emplissent l'âme digne qui désire vraiment prendre de cette nourriture spirituelle¹¹. »

Notre âme meurtrie peut être guérie et régénérée non seulement parce que le pain et l'eau nous rappellent que le Sauveur a sacrifié sa chair et son sang, mais aussi parce que ces emblèmes nous rappellent qu'il sera

toujours notre « pain de vie¹² » et notre « eau vive¹³ ».

Après avoir administré la Sainte-Cène aux Néphites, Jésus dit :

« Celui qui mange de ce pain, mange de mon corps pour son âme ; et celui qui boit de ce vin, boit de mon sang pour son âme ; et son âme n'aura jamais faim ni soif, mais sera rassasiée.

« Alors, quand toute la multitude eut mangé et bu, voici, elle fut remplie de l'Esprit¹⁴. »

Par ces paroles, le Christ nous enseigne que l'Esprit guérit et régénère notre âme. La bénédiction promise avec la Sainte-Cène est que nous aurons « toujours son Esprit avec [nous]¹⁵ ».

Quand je prends la Sainte-Cène, je pense parfois à un tableau représentant le Sauveur ressuscité tendant les bras, comme s'il était prêt à nous accueillir avec amour. J'aime ce tableau. Quand j'y pense pendant la distribution de la Sainte-Cène, mon âme est élevée au point qu'il me semble entendre les paroles du Sauveur : « Voici, le bras de ma miséricorde est étendu vers vous, et celui qui viendra, je le recevrai ; et bénis sont ceux qui viennent à moi¹⁶. »

Les détenteurs de la Prêtrise d'Aaron représentent le Sauveur quand ils préparent, bénissent et distribuent la Sainte-Cène. Lorsqu'un détenteur de la prêtrise tend le bras pour nous offrir les emblèmes sacrés, c'est comme si le Sauveur lui-même nous tendait son bras miséricordieux, invitant chacun de nous à prendre part aux précieux

dons d'amour mis à notre disposition grâce à son grand sacrifice expiatoire : les dons du repentir, du pardon, du réconfort et de l'espérance¹⁷.

Plus nous réfléchissons à l'importance de la Sainte-Cène, plus nous en comprenons le sens et le caractère sacré. C'est ce qu'un père âgé de quatre-vingt-seize ans a exprimé quand son fils lui a demandé : « Papa, pourquoi vas-tu à l'église ? Tu ne vois plus, tu n'entends plus, tu as du mal à te déplacer. Pourquoi vas-tu à l'église ? » Ce à quoi le père a répondu : « Pour la Sainte-Cène. J'y vais pour prendre la Sainte-Cène. »

Puissions-nous aller à la réunion de Sainte-Cène préparés à vivre « une véritable expérience spirituelle, une sainte communion, une régénération de l'âme¹⁸ ».

Je sais que notre Père céleste et notre Sauveur vivent. Je suis reconnaissante de la possibilité que nous donne la Sainte-Cène de ressentir leur amour et l'Esprit. Au nom de Jésus-Christ, amen. ■

NOTES

1. Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant : The Messianic Message of the Book of Mormon*, 1997, p. 283.
2. Voir Doctrine et Alliances 20:77.
3. Henry B. Eyring, « Pour que nous soyons un », *L'Étoile*, juillet 1998, p. 75.
4. Doctrine et Alliances 20:77, 79.
5. Traduction de Joseph Smith, Matthieu 26:22 (dans Matthieu 26:26, note de bas de page c, et dans le guide des Écritures).
6. Traduction de Joseph Smith, Matthieu 26:24 (dans le guide des Écritures) ; voir aussi Matthieu 26:26–28 ; Marc 14:22–24 ; Luc 22:15–20.
7. Voir 3 Néphi 18:7, 11 ; Doctrine et Alliances 20:75.
8. Voir « Comment est-ce que je respecte mon alliance de toujours me souvenir du Sauveur ? », *Viens et suis-moi*, le programme de l'École du Dimanche ; lds.org/youth/learn/ss/ordinances-covenants/remember ; *Ancrés dans la foi : Manuel de référence sur l'Évangile*, 2004, p. 147–148.
9. Doctrine et Alliances 20:77.
10. Jean 14:15.
11. Melvin J. Ballard, dans *Melvin J. Ballard: Crusader for Righteousness*, 1966, p. 132–133.
12. Jean 6:48.
13. Jean 4:10.
14. 3 Néphi 20:8–9.
15. Doctrine et Alliances 20:77.
16. 3 Néphi 9:14.
17. Je remercie Ann Madsen pour ses idées sur ce principe.
18. Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant*, p. 283.



Par Chi Hong (Sam) Wong

Des soixante-dix

Secourir dans l'unité

Pour aider le Sauveur, nous devons travailler ensemble dans l'unité et l'harmonie. Tout le monde, chaque poste et chaque appel est important.

Nous entendons souvent le président Monson dire « Tendez la main pour secourir¹ ». Un récit du Nouveau Testament me vient à l'esprit. C'est une illustration parfaite de la façon dont les membres et les missionnaires peuvent travailler ensemble dans l'unité grâce aux conseils de paroisse pour tendre la main et secourir. L'histoire est rapportée dans Marc 2:1–5. Je trouve que les expériences que Jésus a utilisées pour nous enseigner certains points de doctrine ou principes sont toujours très instructives.

L'un des personnages de ce récit est un paralytique, quelqu'un qui ne pouvait se mouvoir sans aide. Cet homme ne pouvait que rester chez lui à attendre qu'on l'aide.

De nos jours, la situation pourrait être la suivante : quatre personnes s'acquittaient d'une responsabilité que leur évêque leur avait confiée, celle de se rendre chez un homme atteint de paralysie pour lui rendre visite. Je peux imaginer l'une d'elles venant de la Société de Secours, une autre du collège des anciens, une troisième de la Prêtrise d'Aaron, et la dernière, mais non la moindre, un missionnaire à plein temps. Lors du conseil de paroisse le plus récent, après avoir tenu conseil au sujet des besoins dans la paroisse, l'évêque a attribué des tâches de « sauvetage ». Il a demandé à ces quatre personnes d'aider cet homme souffrant de paralysie. Elles ne pouvaient pas attendre qu'il vienne à l'église par lui-même.

