

LeLiahona



De la
reconnaissance
pour le don qu'est
notre corps,
pages 34, 42-65

« À qui irions-
nous ? » : Notre
décision suprême,
page 12

Cinq principes
pour guider notre
quête de la foi,
page 20

L'ÉGLISE EST
PRÉSENTE
ICI

Salta

Argentine



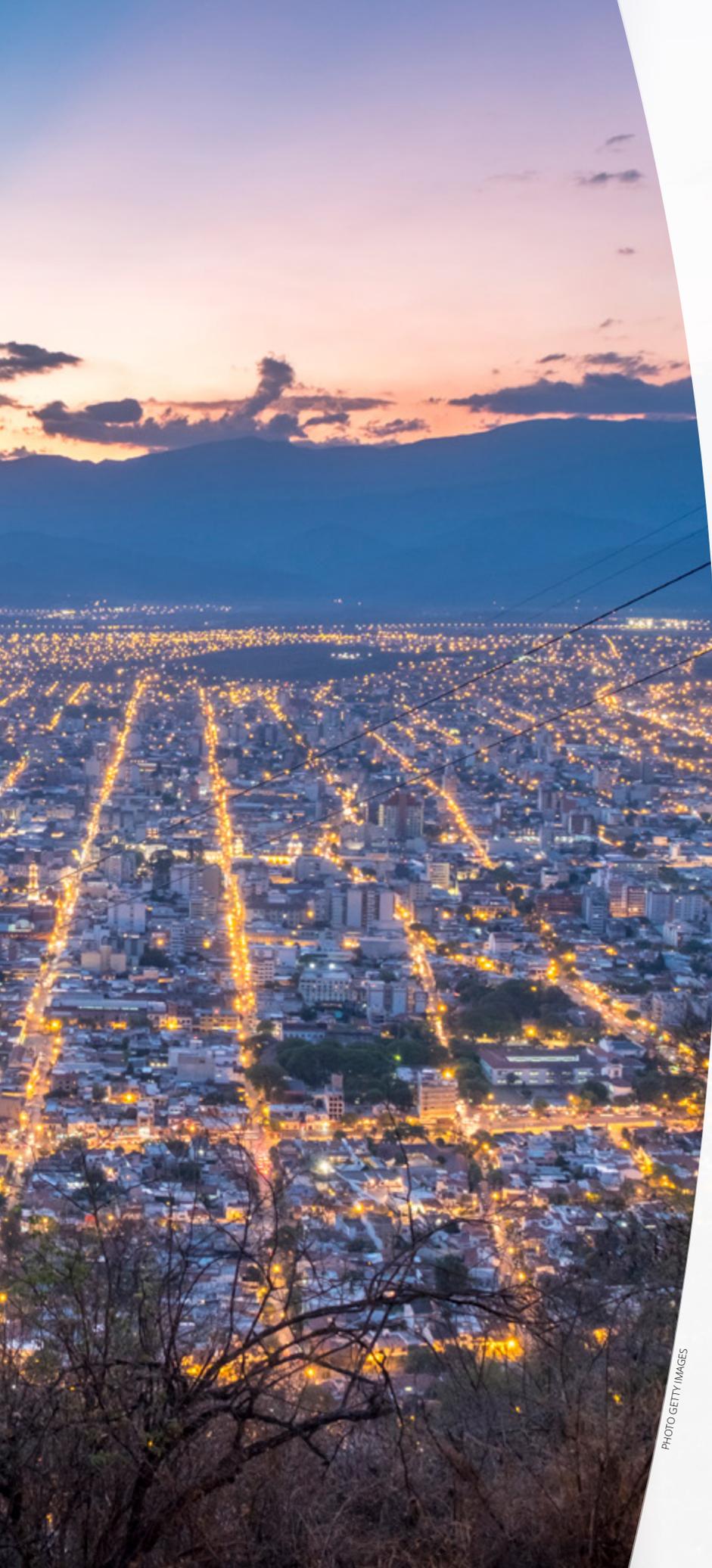
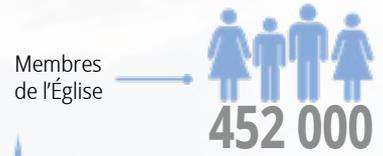
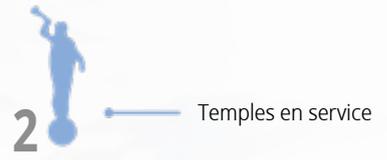


PHOTO GETTY IMAGES

Quelques faits sur l'Église en Argentine aujourd'hui :



1923 Deux familles allemandes membres de l'Église émigrent en Argentine.

1925 Melvin J. Ballard, du Collège des Douze, envoie six membres baptisés en Argentine.

1939 Construction de la première église en Amérique du Sud, à Buenos Aires.

2018 Annonce du temple de Salta (Argentine).

 L'église de la paroisse d'El Portezuelo

 Un hôpital où les membres donnent souvent leur sang et des vêtements

En espagnol, on appelle souvent la ville *Salta la Linda*, « Salta la belle ». Et elle le deviendra sûrement encore plus lorsque le temple y sera construit.





L'importance éternelle des choix justes

Quentin L. Cook

16



Petit choix, grandes conséquences

Massimo De Feo

12



Puis-je aider quelqu'un à changer ?

8

À l'image de Dieu

Le corps. Il est extraordinaire, vous ne trouvez pas ? Combien de fois avez-vous entendu quelqu'un dire : « Eh, regarde ! » ? Et que ce qu'il dit ensuite soit véritablement stupéfiant ou simplement stupide, nous sommes sans cesse en train de découvrir de quoi notre corps est capable.

Nous avons été créés à l'image de Dieu. Comment allons-nous maintenir notre corps sur la voie qui nous permettra de devenir semblables à nos Parents célestes ? Comment allons-nous éviter de l'utiliser à mauvais escient ?

C'est en partie pour répondre à ces questions que les sections pour les jeunes et les jeunes adultes de ce numéro portent sur des enseignements au sujet du corps (voir pages 42 et 50). Ce mois-ci, nous vous montrons à quel point il est stupéfiant, miraculeux et littéralement divin. J'espère que ces articles vous aideront, vous et votre famille, en vous apprenant la nature sacrée du corps.

À la page 50, le président Nelson nous recommande de maîtriser nos appétits et de nous souvenir que notre corps n'est pas une fin en soi. Il enseigne que notre corps donne vie à notre esprit mais que c'est notre esprit qui fait des choix. Ses conseils profiteront aussi bien aux jeunes qu'aux jeunes adultes.

J'espère que ses paroles ainsi que les autres articles de ce numéro alimenteront votre foi pour enseigner et comprendre le don merveilleux qu'est un corps mortel.

J. Ryan Jensen

des magazines de l'Église

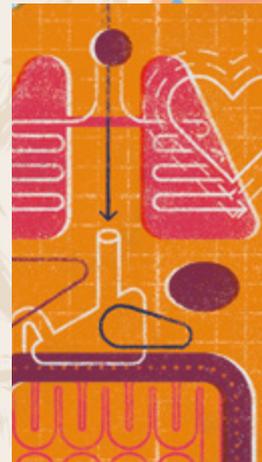


Table des matières

- 5 La Chute et la régénération du genre humain ; et la terre** 🕒
- 6 Exemples de foi : Tomicka Barnes (Alabama, États-Unis)** 🕒
Les interprétations que des membres donnaient de l'histoire de l'Église l'ont fait se poser des questions mais son témoignage du Livre de Mormon l'a fortifiée.
- 8 Principes du service pastoral : Puis-je aider quelqu'un à changer ?**
Leçons à tirer de sept choses que le Sauveur a faites pour inviter les gens à changer.
- 12 Leçons du Nouveau Testament : Petit choix, grandes conséquences**
Par Massimo De Feo
Une décision lors d'une réunion au travail a tout changé.
- 16 Comment le séminaire peut maintenant enrichir votre étude familiale de Viens et Suis-moi**
Par Jeffrey Coleman et Brittany Ann Reece
L'étude des mêmes Écritures au séminaire et dans *Viens et suis-moi* aidera vos jeunes à participer encore davantage à l'étude des Écritures en famille.
- 20 L'importance éternelle des choix justes**
Par Quentin L. Cook
Nous vivons en des temps périlleux mais l'Évangile peut nous unir et nous fortifier.
- 28 Les bénédictions de l'autonomie : Le meilleur investissement** 🕒
Par Michael R. Morris
Après son licenciement, Bianca a connu le succès grâce à l'aide d'un groupe d'autonomie.
- 30 Les saints des derniers jours nous parlent** 🕒
Un membre non pratiquant est touché par l'amour d'un évêque ; un couple trouve la paix au milieu d'une tragédie ; un plat de lasagnes est un cadeau qui arrive à point nommé ; le Livre de Mormon aide un homme à vaincre une dépendance.
- 34 Instruire les adolescents et les petits enfants : Notre corps sacré** 🕒
Par Marissa Widdison
Nous devons nous souvenir que notre corps est un don et qu'il y a de nombreuses manières d'en prendre soin.
- 36 Une gloire suffisante**
Dans cet extrait du deuxième tome de la collection *Les saints*, les membres de l'Église se préparent à quitter Nauvoo.
- 40 Affectations des présidences d'interrégion** 🕒

🕒 Brèves lectures



En couverture
Illustration de
Scotty Reifsnnyder

Rubriques

Jeunes adultes

42

Conserver une **image positive de son corps** peut être difficile. Lisez le récit de l'expérience de jeunes adultes qui ont appris à **être reconnaissants de leur corps** et à améliorer l'image qu'ils ont d'eux-mêmes.



Jeunes

50

Écoute le président Nelson parler de **la bénédiction que tu as d'avoir un corps**, approfondis ta connaissance de la loi de chasteté et de la Parole de Sagesse, et vois en quoi **ton corps est un temple**.



Enfants

Découvre comment **exercer la foi**. Apprends-en plus sur le Saint-Esprit. Et vois ce qui est arrivé lors de la visite de frère Andersen en Côte-d'Ivoire.



ARTICLES DU MOIS D'AOÛT EN VERSION NUMÉRIQUE UNIQUEMENT



Comment faire grandir sa confiance et son estime de soi

Par les services d'entraide et de l'autonomie

En plus d'édifier notre foi, nous devons apprendre des techniques permettant de vaincre le manque d'estime de soi.



Les sacrifices que j'ai faits pour devenir membre de l'Église

Par Nickie Guthrie

Une jeune adulte d'Écosse se sépare d'anciens amis mais s'en fait de nouveaux et de bons au sein de l'Église.

PHOTO DE JEUNE FEMME DE JOHANNA NIXUN/PLASH ; PHOTO DE JEUNES ADULTES DE TIMOTHY ETHEN HANSEN

EN SAVOIR PLUS

Dans l'application Bibliothèque de l'Évangile et sur liahona.lds.org, vous trouverez :

- Le numéro du mois.
- Des articles uniquement au format numérique.
- D'anciens numéros.
- Un lien pour envoyer vos articles et vos commentaires.
- Un lien pour vous abonner ou offrir un abonnement.
- Des outils numériques pour améliorer votre étude.
- Une fonction pour transmettre vos articles et vos vidéos préférés.
- Un lien pour télécharger ou imprimer des articles.
- Un lien pour écouter vos articles préférés.

PRENEZ CONTACT AVEC NOUS

Envoyez vos questions et commentaires par courriel à liahona@ldschurch.org.

Proposez des histoires qui édifient la foi sur liahona.lds.org ou par courrier à :

Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, États-Unis

AOÛT 2019 VOL. 20 N° 8
LE LIAHONA 18608 140

Publication française de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours

Première Présidence : Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

Collège des douze apôtres : M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares

Directeur de la publication : Randy D. Funk
Consultants : Brian K. Ashton, Randall K. Bennett, Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Donald L. Hallstrom, Larry S. Kocher, Erich W. Kopiczke, Lynn G. Robbins

Directeur administratif : Richard I. Heaton

Directeur des magazines de l'Église : Allan R. Loyborg

Directeur commercial : Garff Cannon

Rédacteur en chef : Adam C. Olson

Rédacteur en chef adjoint : Ryan Carr

Assistante de publication : Camila Castrillón

Équipe de rédaction : Maryssa Dennis,

David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Arron Johnston, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

Directeur artistique : J. Scott Knudsen

Directeur du maquettage : Tadd R. Peterson

Équipe de maquettage : Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnson, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Emily Chieko Remington, Mark W. Robison, K. Nicole Walkenhorst

Coordonnateur de la propriété intellectuelle : Collette Nebeker Aune

Directrice de la production : Jane Ann Peters

Équipe de production : Ira Glen Adair, Julie Burdett, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Mairissa M. Smith

Pré-impression : Joshua Dennis, Ammon Harris

Directeur de l'impression : Steven T. Lewis

Directeur de la distribution : Nelson Gonzalez

Traduction : Olivier Defranchi

Traduction en français et adresse de la rédaction : Service des traductions de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, immeuble Le Botanic, 40 avenue de Lingenfeld, F-77200 Torcy

Distribution : Corporation of the Presiding Bishop of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints Steinmühlstrasse 16, 61352 Bad Homburg v.d.H., Allemagne

Abonnements pour l'année civile : Pour les abonnements, réclamations, changements d'adresse, veuillez vous adresser au

Service clientèle :
Numéro d'appel gratuit : 00800 2950 2950
Téléphone : +49 (0) 6172 4928 33/34
Courriel : orderseu@ldschurch.org
Magasin de l'Église en ligne : store.lds.org
Prix d'un abonnement annuel : 9,20 Euros pour la France et 8,40 Dirhams marocains pour le Maroc.

Publié 12 fois par an.
Le Liahona (terme du Livre de Mormon

désignant une « boussole » ou « directeur ») est publié en albanais, allemand, anglais, arménien, bislama, bulgare, cambodgien, cebuano, chinois, chinois (simplifié), coréen, croate, danois, espagnol, estonien, fidjien, finnois, français, grec, hongrois, indonésien, islandais, italien, japonais, khalkha, kiribati, letton, lituanien, malgache, marshallais, mongol, néerlandais, norvégien, ourdou, polonais, portugais, roumain, russe, samoan, slovène, suédois, swahili, tagalog, tahitien, tchèque, thaïlandais, tongien, ukrainien et vietnamien. (La fréquence de publication varie selon les langues.)

© 2019 Intellectual Reserve, Inc. Tous droits réservés. Imprimé aux USA.

Information sur le copyright : À moins d'indication contraire, les articles contenus dans le Liahona peuvent être copiés à des fins personnelles (comprenant les appels dans l'Église), mais non commerciales. Ce droit de reproduction peut être révoqué à tout moment. Les images ne peuvent pas être reproduites si une restriction est indiquée sur l'œuvre. Toute question sur le copyright doit être adressée à Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; adresse électronique : cor-intellectualproperty@ldschurch.org

ldschurch.org.

For Readers in the United States and Canada: August 2019 Vol. 20 No. 8. LE LIAHONA (USPS 311-480) French (ISSN 1522-919X) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



LA CHUTE ET LA RÉGÉNÉRATION DU GENRE HUMAIN ; ET LA TERRE

Nous passons tous par la naissance, la vie, la mort et la résurrection ; et d'une certaine façon, la terre aussi. La terre est née (par la Création), a été baptisée d'eau (par le déluge), sera baptisée de feu (« lorsque le Seigneur viendra [...] et [que] les éléments embrasés se dissoudront » [Mormon 9:2]) et sera régénérée d'une manière comparable à une résurrection¹.

3. La terre et le genre humain dans un état sanctifié :

« À la seconde venue du Seigneur, la terre sera [...] rendue à son état paradisiaque et renouvelée⁵. »

« C'est pourquoi, [la terre] sera sanctifiée ; oui, en dépit du fait qu'elle mourra, elle sera de nouveau vivifiée », et les justes hériteront du royaume céleste (la terre sanctifiée) (voir Doctrine et Alliances 88:17-26).



1. La terre et Adam et Ève dans un état paradisiaque :

« La première création temporelle de toutes choses était de nature paradisiaque². » Immédiatement après la Création, rien n'était mortel, c'est-à-dire sujet à la mort³.



2. La terre et le genre humain dans un état déchu :

« La terre elle-même est tombée sous la malédiction qui a accompagné [Adam et Ève] et de même que l'homme sera racheté, de même aussi la terre sera régénérée⁴. »

LA SECONDE VENUE

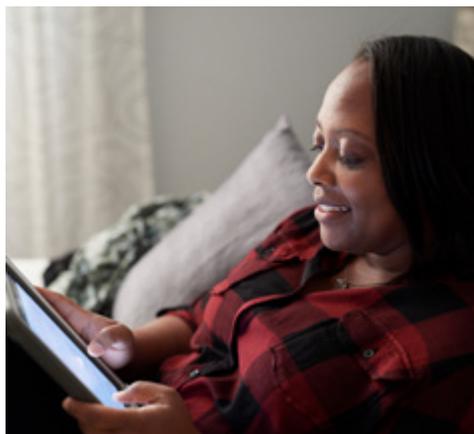


NOTES

1. Voir James E. Talmage, *Jésus le Christ*, 1965, p. 394.
2. Bruce R. McConkie, « Le Christ et la Création », *L'Étoile*, septembre 1983, p. 25.
3. Voir Robert L. Millet, « L'homme Adam », *L'Étoile*, février 1998, p. 17.
4. Voir James E. Talmage, *Jésus le Christ* p. 393 ; voir aussi Genèse 3:17.
5. Russell M. Nelson, « La Création », *Le Liahona*, juillet 2000, p. 104.

Tomicka Barnes

Alabama (États-Unis)



Ce n'est pas d'avoir appris les restrictions sur la prêtrise, mais d'entendre les spéculations de membres de l'Église qui a ébranlé la foi de Tomicka. Elle devait choisir : s'éloigner de l'Église ou se tenir à la barre. Grâce au Livre de Mormon, elle a tenu bon.

LESLIE NILSSON, PHOTOGRAPHE

Certains disaient : « Vous n'étiez pas aussi vaillants dans la guerre dans les cieux » ou « Vous n'êtes pas aussi intelligents ou aussi fidèles ». Ces idées ne collaient pas avec ce que je savais être vrai de ma mère et d'autres membres noirs de l'Église qui sont de très bons exemples de foi, ni même de noirs fidèles qui ne sont pas membres de l'Église.

Pendant un moment, où ma foi chancelait, je me suis dit que je n'avais qu'à tout laisser tomber. Mais, à cet instant, je me suis demandé : « Est-ce que le Livre de Mormon est vrai ? Est-ce que tu crois qu'il est vrai ? »

Je pouvais répondre : « Oui, sans l'ombre d'un doute, je crois qu'il est vrai. » Alors l'Esprit m'a dit : « Eh bien, si le Livre de Mormon est vrai, alors tout le reste aussi. »

C'est la raison pour laquelle je suis restée.

EN SAVOIR D'AVANTAGE

Pour lire la suite du parcours de foi de Tomicka et voir d'autres photos rendez-vous dans la Bibliothèque de l'Évangile ou la version en ligne de cet article sur le site liahona.lds.org.

Découvrez comment Edward Dube, des soixante-dix, s'est cramponné à sa foi après avoir été informé de la restriction sur la prêtrise d'avant 1978 à la page lds.org/go/8196.



Principes du service pastoral

PUIS-JE AIDER QUELQU'UN À CHANGER ?



Oui. Mais votre rôle peut être différent de ce que vous imaginez.

Nous avons été créés avec la capacité de changer. La progression vers notre potentiel divin est la raison d'être de notre expérience dans la condition mortelle. Dans le service pastoral, l'un de nos buts suprêmes est d'aider les gens à aller au Christ et à opérer les changements nécessaires pour retourner en sa présence. Mais, du fait de leur libre arbitre, notre rôle est limité.

Voici sept grandes leçons du Sauveur sur la manière d'aider les gens à changer et à devenir plus semblables à lui.

1. N'ayez pas peur d'inviter à changer

Le Sauveur ne craignait pas d'inviter les gens à abandonner leurs anciennes voies et à embrasser ses enseignements. Il a invité Pierre et Jacques à quitter leur travail et à devenir « pêcheurs d'hommes » (Marc 1:17). Il a invité la femme surprise en adultère à ne plus pécher (voir Jean 8:11). Il a invité le jeune homme riche à se détacher des biens matériels et à le suivre (voir Marc 10:17-22). Nous pouvons aussi inviter les gens avec hardiesse et amour à opérer des changements et à suivre le Sauveur.



RACONTEZ VOS EXPÉRIENCES

Envoyez-nous le récit de vos expériences de service pastoral que vous avez rendu ou dont vous avez bénéficié. Allez sur le site liahona.lds.org et cliquez sur « Envoyer un article ou un commentaire ».

2. N'oubliez pas que la décision de changer leur appartient

Le genre de changements auxquels le Sauveur nous invite ne peut pas être imposé. Il a enseigné et invité mais il n'a pas obligé. Le jeune homme riche s'en est « all[é] tout triste » (Matthieu 19:22). À Capernaüm, beaucoup de ses disciples ont choisi de se retirer et il a demandé aux Douze s'ils allaient partir eux aussi (voir Jean 6:66-67). Certains disciples de Jean-Baptiste ont choisi de suivre le Sauveur, d'autres non (voir Jean 1:35-37 ; 10:40-42). Nous pouvons inviter les gens à devenir davantage semblables à lui mais nous ne pouvons pas prendre la décision à leur place. Et s'ils n'ont pas encore décidé de le faire, nous ne devons pas abandonner ni penser que nous avons échoué.

3. Priez pour que les gens aient la capacité de changer

Dans sa prière d'intercession, Jésus a demandé à Dieu que ses disciples soient protégés du mal, deviennent davantage semblables au Père et à lui et soient remplis de l'amour de Dieu (voir Jean 17:11, 21-23, 26). Sachant que Pierre aurait besoin de force pour assumer son rôle, le Sauveur a aussi prié pour lui (voir Luc 22:32). Nos prières en faveur des autres peuvent faire changer les choses (voir Jacques 5:16).



4. Enseignez-leur à s'appuyer sur son pouvoir

Ce n'est que grâce au Sauveur que nous pouvons véritablement changer et progresser pour atteindre le potentiel divin que nous avons tous. Il est « le chemin, la vérité, et la vie. Nul ne vient au Père que par [lui] » (Jean 14:6). Il a le pouvoir de « rendre fortes pour eux les choses qui sont faibles » (Éther 12:27). C'est la foi en son pouvoir expiatoire qui a permis à Alma le Jeune de changer (voir Alma 36:16-23). Nous pouvons apprendre aux gens à s'appuyer sur le Sauveur afin qu'eux aussi bénéficient de son pouvoir purificateur.

5. Traitez-les comme les personnes qu'ils peuvent devenir

L'amour et l'acceptation sont de puissants catalyseurs de changement. La femme au puits vivait avec un homme qui n'était pas son mari. Les disciples de Jésus

étaient « étonnés de ce qu'il parl[e] avec une femme » (voir Jean 4:27), mais Jésus se souciait davantage de ce qu'elle pouvait devenir. Il l'a instruite et lui a donné la possibilité de changer, ce qu'elle a fait. (Voir Jean 4:4-42.)

Lorsque nous traitons les autres comme les personnes qu'elles ont été et non comme celles qu'elles peuvent devenir, nous les freinons. Il est préférable que nous pardonnions et oublions les fautes passées. Nous devons croire que les gens peuvent changer. Nous devons ignorer les défauts et leur faire remarquer les qualités qu'ils n'ont peut-être pas vues chez eux. « Nous avons la responsabilité de voir les gens non comme ils sont mais comme ils peuvent devenir¹. »

6. Laissez-les avancer à leur rythme

Changer prend du temps. Nous devons tous « persévère[r] avec patience, jusqu'à ce que

INVITATION À AGIR

Qu'allez-vous faire cette semaine pour inviter et soutenir les autres dans leurs efforts pour changer et devenir davantage semblables au Sauveur ?



[n]ous soy[ons] rendus parfaits (voir Doctrine et Alliances 67:13). Jésus était patient et continuait d'instruire même les personnes qui s'opposaient à lui, témoignant du rôle que son Père lui avait confié et répondant à leurs questions (voir Matthieu 12:1-13 ; Jean 7:28-29). Nous devons être patients avec les autres et les encourager à être patients avec eux-mêmes.

7. N'abandonnez pas s'ils rechutent

Après la mort du Christ, même Pierre et certains des autres apôtres sont retournés à leurs habitudes (voir Jean 21:3). Le Christ a rappelé à Pierre qu'il devait paître ses brebis (voir Jean 21:15-17) et Pierre a repris le ministère. Il peut être très facile de retourner à ses anciennes habitudes. Continuons d'encourager les gens gentiment et invitons-les sous l'inspiration à continuer de suivre le Sauveur et de devenir plus semblables à lui.

Laissez les autres progresser

À ce sujet, Jeffrey R. Holland, du Collège des douze apôtres, a rapporté l'histoire suivante : « On m'a raconté un jour l'histoire d'un jeune homme qui, pendant de nombreuses années, avait fait plus ou moins l'objet de toutes les moqueries de son école. Il avait quelques handicaps et il était facile de se moquer de lui. Plus tard, il avait déménagé. Il s'était engagé dans l'armée et, là, il était parvenu à réussir des études et à mettre, plus ou moins, son passé de côté. Par-dessus tout, comme cela arrive à beaucoup de militaires, il avait découvert la beauté et la majesté de l'Église et y était devenu pratiquant et heureux.

« Puis, quelques années plus tard, il était retourné dans la ville de sa jeunesse. La plupart des personnes de sa génération étaient parties, mais pas toutes. Apparemment, quand il était rentré, ayant réussi et étant devenu un homme nouveau, la vieille mentalité était encore là, toujours la même, attendant son retour. Pour les habitants de sa ville, il était resté simplement le vieil « untel ». [...]

« Petit à petit, les efforts considérables de cet homme pour délaisser ce qui était derrière lui et se saisir du prix que Dieu avait placé devant lui avaient graduellement diminué jusqu'à ce qu'il meure à peu près comme il avait vécu dans sa jeunesse. [...] Dommage qu'il se soit retrouvé entouré de [personnes] qui pensaient que son passé était plus intéressant que son avenir. Elles avaient réussi à arracher de sa main ce pour quoi le Christ l'avait saisi. Il est mort tristement, et ce n'était pas vraiment sa faute. [...]

« *Laissez les gens se repentir. Laissez les gens progresser. Croyez que les gens peuvent changer et s'améliorer*. » ■

NOTES

1. Thomas S. Monson, « Voir les autres tels qu'ils peuvent devenir », *Le Liahona*, novembre 2012, p. 70.
2. Jeffrey R. Holland, « Le meilleur est encore à venir », *Le Liahona*, janvier 2010, p. 19, 20.



Petits choix, conséquences importantes

Comment allons-nous répondre lorsque le monde demandera : « Ne veux-tu pas y aller aussi ? »

Depuis ma plus tendre enfance, j'ai toujours aimé le Nouveau Testament. J'aime beaucoup lire les passages où le Sauveur enseigne à ses disciples des principes éternels qui ont changé leur vie à tout jamais.

Je trouve aussi fascinant que ces mêmes principes aient changé la mienne de tant de façons. J'ai maintes fois remarqué que, lorsque nous appliquons les enseignements du Maître, nos décisions, même les petites, ont souvent des conséquences importantes.



Par
Massimo De Feo
des soixante-dix

Mon « petit » choix

Il y a de nombreuses années, en qualité de tout nouveau directeur, je me suis rendu en Amérique du Sud afin de participer à un séminaire professionnel organisé par des hauts responsables de l'agence gouvernementale pour laquelle je travaillais.

Le tout premier soir, à la fin de la conférence, le « grand patron » de l'agence a annoncé une activité spéciale pour terminer la journée. Sûr que tout le monde serait sensible à son offre, il a fièrement proclamé : « Pour vous montrer combien nous sommes contents de vous, ce soir nous vous invitons tous à faire la tournée des bars de cette ville, célèbre pour un certain cocktail. Nous goûterons tous les diverses variantes de cette boisson et élirons le bar qui prépare la meilleure. Il y aura un concours et un gagnant. Et ne vous inquiétez pas, tout est à mes frais, c'est mon cadeau. »

Pendant que tout le monde applaudissait sa proposition, il a ajouté une question rhétorique : « Quelqu'un ne vient pas ? C'est le moment ou jamais de le dire ! »

Je me suis dit qu'il serait bien gênant de dire quoi que ce soit devant tout ce monde qui applaudissait et de détromper le patron quant à son offre incroyable.

Néanmoins, en quelques secondes, j'ai pris ma décision. J'ai levé la main, j'étais le seul. De façon intimidante, il a demandé ce que j'avais à dire. De toute ma vie, je n'avais jamais entendu un silence aussi assourdissant !

J'ai dit : « Monsieur, je vous remercie de votre offre généreuse mais je ne me joindrai pas à vous tous ce soir. »

Après un autre silence, plus profond encore que je le pensais possible, il a demandé : « Pourquoi ? » À ce moment-là, j'aurais pu inventer de bonnes excuses : que j'étais malade,

que j'avais un coup de téléphone important à passer à l'autre bout du monde ou n'importe quelle autre raison qui m'aurait épargné une gêne évidente. Mais j'ai dit la simple vérité, qu'en tant que membre de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, je ne buvais pas d'alcool.

« Nous nous amuserons sans vous »

Au bout de quelques instants de réflexion, il a fini par dire : « Alors nous nous amuserons sans vous. » Et il a dit aux autres : « Suivez-moi. Allons nous amuser ! Laissons-le seul. »

Je me souviens encore de l'écho de leurs rires alors qu'ils quittaient la salle de conférence et que je me retrouvais seul. Je me suis rendu compte que, comme le président Monson l'a enseigné, souvent, lorsque nous choisissons le Seigneur, « nous choisissons le bien, ce qui est plus difficile que de choisir le mal¹ », quitte à nous retrouver seul.

Je me rappelle avoir entendu, pendant que je me dirigeais vers ma chambre, une voix distincte dans mon esprit, qui disait : « Ne veux-tu pas y aller aussi ? » J'ai été pris de court un instant puis, tout à coup, les paroles de Simon Pierre au Sauveur me sont venues à l'esprit. À cette même question, il avait répondu : « Seigneur, à qui irions-nous ? Tu as les paroles de la vie éternelle » (Jean 6:68).

Cela m'a redonné la paix. J'avais l'impression d'être entouré d'anges qui me soutenaient. J'étais seul mais je ne me sentais pas seul. En choisissant le Seigneur et en défendant mes principes, j'ai vu que, lorsque nous le faisons, nous pouvons nous retrouver seul dans le monde mais que le Sauveur ne nous abandonnera jamais.

Petites mais importantes

Les décisions que nous prenons chaque jour peuvent sembler petites mais elles ont toujours de réelles implications et d'importantes conséquences, bonnes ou mauvaises.

En fait, quelques années après ce jour mémorable, ce même patron a visité notre bureau, à Rome. Il était toujours le même homme, plein de pouvoir et d'autorité. À nouveau, il nous intimidait tous.

Cette fois-ci, à la fin de toutes les réunions, il m'a abordé d'une façon différente. Il était étonnamment aimable. Il m'a dit qu'il se rappelait encore le jour où j'avais défendu mes convictions. Puis, à ma grande surprise, il a demandé si j'accepterais de devenir le directeur de l'agence chapeautant toute l'Europe, ce qui était une grande percée dans ma carrière. Tout en essayant de me convaincre que le nouveau poste serait intéressant en terme de salaire, déplacements et avantages sociaux, il a dit quelque chose qui m'a vraiment touché :

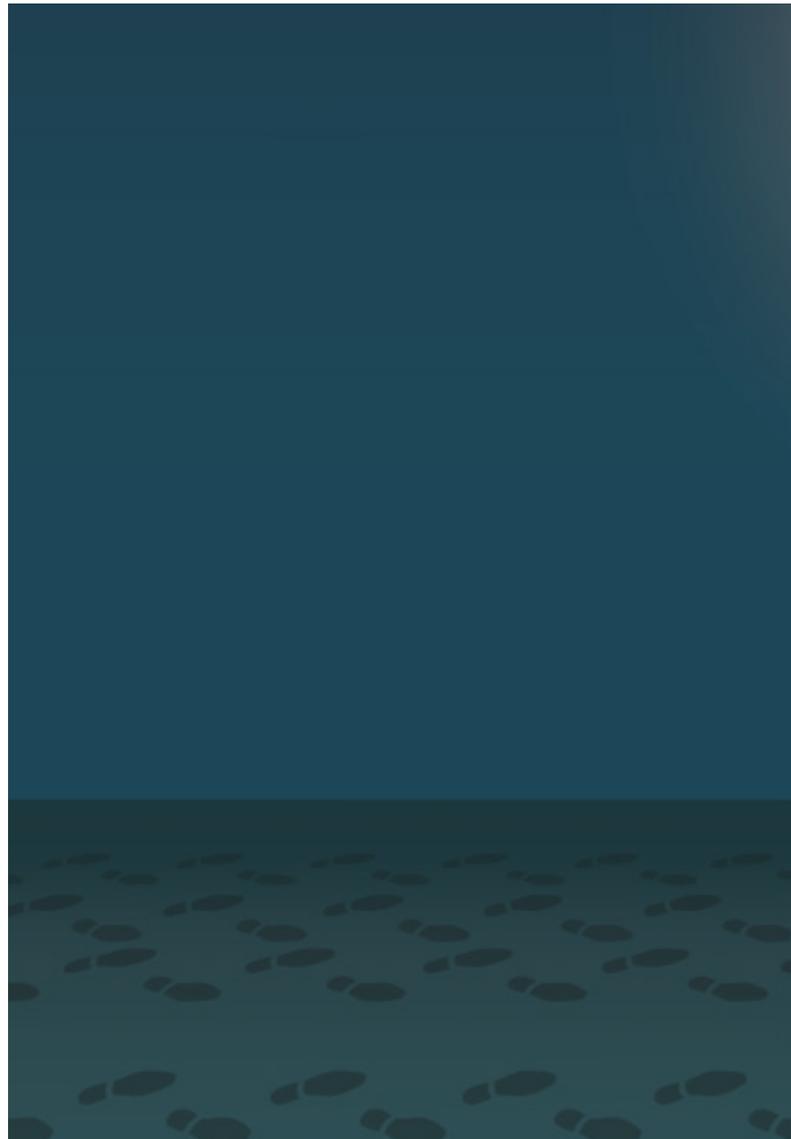
Si nous choisissons le Sauveur, il ne nous abandonnera jamais.

« Non seulement nous prenons en compte les qualifications mais nous avons besoin de personnes intègres, qui défendent leurs principes. Nous avons besoin de gens comme vous. »

J'étais surpris d'entendre ces paroles, de voir que ma petite décision de défendre mes croyances des années auparavant avait finalement eu une telle influence sur lui. En fin de compte, elle s'est révélée être une grande bénédiction pour moi, temporellement et spirituellement. Ironie du sort, dans le cadre de mes nouvelles attributions, je suis également devenu le directeur de la plupart des gens qui s'étaient moqués de moi des années plus tôt.

Le bon choix

Le président Monson a dit : « Quand nous réfléchissons aux décisions que nous prenons chaque jour de notre vie, que ce soit pour tel ou tel choix, si nous choisissons le Christ, ce sera toujours le bon choix². »



L'apôtre Paul a aussi enseigné que choisir le Seigneur est toujours la meilleure option, quelle que soit la difficulté que cela représente : « Nous savons, du reste, que toutes choses concourent au bien de ceux qui aiment Dieu » (Romains 8:28).

Chaque jour, les choix que nous faisons déterminent effectivement ce que nous devenons. Comme l'a dit le président Monson, si nous choisissons le Seigneur, « ce sera toujours le bon choix » parce que, comme l'a fait remarquer Paul, « toutes choses concourent au bien de ceux qui aiment Dieu ».

Souvent nous hésitons à faire le bon choix parce que nous essayons de plaire au Seigneur sans offenser Satan. Mais nous ne pouvons pas plaire à Dieu sans contrarier Satan. Nous ne pouvons tout simplement pas servir deux maîtres. Finalement, il nous appartiendra toujours de décider si nous allons respecter les deux premiers commandements dans le bon ordre : servir Dieu d'abord puis notre prochain ou bien mettre le



deuxième commandement en premier en essayant de plaire aux autres avant de plaire à Dieu (voir Matthieu 22:37-39).

Être témoins

L'alliance la plus universelle que nous contractons au baptême est « *[d']être les témoins de Dieu en tout temps, et en toutes choses, et dans tous les lieux où [nous serons]* » (Mosiah 18:9 ; italiques ajoutés). Cette alliance de défendre nos croyances en tant que témoins de Dieu à tout moment de notre vie est une décision que nous prenons une fois pour toutes. La bénédiction promise est que l'Esprit sera déversé plus abondamment sur nous (voir Mosiah 18:10).

Le monde, nos pairs et les personnes qui ne partagent pas les mêmes valeurs que nous font toujours pression sur nous, pression qui s'exerce lorsque nous nous efforçons de respecter une loi céleste dans un monde ténébreux. En effet, mener une vie juste dans un monde méchant n'est pas tâche facile. Cela

Mener une vie juste dans un monde méchant n'est pas tâche facile. Mais nous avons la promesse de recevoir l'Esprit plus abondamment si nous sommes des témoins loyaux de Dieu.

peut parfois présenter d'énormes difficultés. Cela peut parfois engendrer des conflits quotidiens. Mais nous avons la promesse de recevoir l'Esprit plus abondamment si nous sommes des témoins loyaux de Dieu. Lorsque nous prions notre Père céleste, il nous accorde le pouvoir du Saint-Esprit, l'aide indispensable supplémentaire dont nous avons besoin. La grâce divine comblera le fossé spirituel inévitable que nous rencontrons tous en tant qu'êtres imparfaits qui essaient d'accéder à un niveau plus élevé et plus sacré.

Conséquences éternelles

Des choix qui semblent petits sur le moment peuvent en fait avoir des conséquences éternelles. Mais, parce que nous avons contracté une alliance, nous avons une promesse. Lorsque nous choisissons le Seigneur (lorsque nous sommes témoins en tout temps, en toutes choses et dans tous les lieux), alors toutes choses concourent au bien de ceux qui aiment Dieu. Si nous choisissons le Seigneur, bien que nous risquions de nous retrouver parfois seuls, des anges seront autour de nous pour nous soutenir et nous ne nous sentirons plus seuls (voir Doctrine et Alliances 84:88).

Je témoigne solennellement que, dans ces moments sacrés de petites décisions aux conséquences importantes, c'est uniquement grâce à notre Père céleste et à son Fils, Jésus-Christ, que nous trouverons la paix et le repos. Souvent, on nous demandera de choisir entre suivre le monde et défendre nos principes. Comment allons-nous répondre lorsque l'on nous demandera : « Ne veux-tu pas y aller aussi ? » Irons-nous avec le monde ou resterons-nous avec le Seigneur ? Garderons-nous le silence et serons-nous manipulés ou défendrons-nous nos croyances et agirons-nous ?

Puissions-nous toujours choisir le Seigneur et répondre sans hésiter : « À qui irions-nous ? Tu as les paroles de la vie éternelle. » Ensuite nous goûterons les bénédictions de nos décisions justes, temporellement et spirituellement, pendant cette vie et pendant l'éternité. ■

NOTES

1. Thomas S. Monson, « Les choix », *Le Liahona*, mai 2016, p. 86.
2. Thomas S. Monson, « Les choix », p. 86.

Comment le séminaire peut maintenant enrichir votre étude familiale de *Viens et suis-moi*

Chers parents, voici comment le séminaire améliorera encore votre étude familiale de l'Évangile.

Par Jeffrey Coleman et Brittany Ann Reece

En mars 2019, la Première Présidence a annoncé un changement important au séminaire. Dans le monde entier, les classes étudieront dorénavant le même livre d'Écritures que celui que les personnes et les familles étudient chez elles et à l'église dans le cadre de *Viens et suis-moi*. En tant qu'instructeurs du séminaire (et parents), nous ne saurions en être plus heureux !

Il est évident que cela va simplifier la vie de nos adolescents. Par le passé, en plus de l'école, du sport, du travail, du temps en famille et de leur vie sociale, de nombreux jeunes essayaient d'étudier simultanément trois livres d'Écritures : un pour le séminaire, un pour l'École du Dimanche et un autre en famille. C'était beaucoup.

Après avoir coordonné l'étude familiale et l'École du Dimanche, il était logique que les dirigeants de l'Église fassent de même avec le séminaire. Cela permet aux jeunes d'approfondir davantage un seul livre d'Écritures. Toutefois, la simplification n'est qu'un premier élément.

Fortifier le foyer

Bonnie H. Cordon, présidente générale des Jeunes Filles, a enseigné qu'en demandant aux jeunes de « prendre part à l'enseignement, de prendre part à ce grand mouvement au foyer », ils « fortifieront le foyer¹ ».

Les jeunes ont soif de vérité et sont heureux d'échanger ! Vous aurez peut-être un peu de mal à le croire si le regard sans expression d'un adolescent ne s'est jamais posé sur vous. En tant que parents et instructeurs, nous y avons tous eu droit ! Dans notre rôle d'instructeurs du séminaire,





Dans le passé, les familles avaient du mal à coordonner l'étude des Écritures à l'église, au séminaire et en famille. Des changements récents aideront à enrichir les discussions sur l'Évangile pour tous les membres de la famille.

ILLUSTRATIONS RICHARD MIA

nous posons continuellement des questions à des adolescents. Parfois, la seule réponse que nous obtenons est des regards vides parce que nos jeunes n'ont pas la réponse. Dorénavant, avec la coordination du séminaire et du programme d'étude *Viens et suis-moi*, nos adolescents pourront plus facilement enrichir les discussions familiales sur l'Évangile avec ce qu'ils apprennent au séminaire et vice-versa. Nous l'avons déjà remarqué dans nos cours.

Apporter l'étude des Écritures du foyer au séminaire

Début 2019, lorsque le nouveau programme *Viens et suis-moi* ne faisait que commencer, nous sentions l'enthousiasme des élèves. Bien que nous étudions les Doctrine et Alliances au séminaire, ils commençaient de parler de ce qu'ils avaient appris en étudiant le Nouveau Testament avec leur famille. Ils débordaient d'enthousiasme. Lorsque nous avons examiné Doctrine et Alliances 89 (la Parole de Sagesse), c'était à peu près au moment où nous étudions Jean 2 (lorsque Jésus-Christ change l'eau en vin) dans *Viens et suis-moi*. Les idées et les principes communs aux deux lectures ont permis aux élèves de parler avec leurs camarades de ce qu'ils avaient appris chez eux. Ils étaient bien plus actifs et la discussion était beaucoup plus animée parce qu'ils avaient des choses à dire. Ils pouvaient appliquer ce qu'ils avaient appris au foyer à ce que nous étions en train d'apprendre au séminaire.

Apporter le séminaire au foyer

En 2020, l'étude du Livre de Mormon au foyer, au séminaire et à l'École du Dimanche offrira de nouvelles possibilités aux élèves de parler de ce qu'ils y apprennent.

Au séminaire, nous utilisons quelques stratégies d'apprentissage qui pourront être utiles à votre étude familiale des Écritures. Les connaissant, vous serez plus à même de faire participer vos adolescents à votre étude des Écritures centrée sur le foyer.

S'ils ont déjà étudié ces mêmes principes dans ce même livre d'Écritures, ils auront des idées à communiquer lorsque vous étudierez en famille. Ils ne se sentiront pas « mis sur la sellette » lorsque vous leur demanderez de parler parce qu'ils auront des choses à dire. Grâce à leurs expériences au séminaire, ils auront davantage les moyens de parler de l'Évangile au foyer. Les soirées familiales et l'étude familiale des Écritures deviendront des moments où échanger des idées et des réflexions personnelles.

Voici quelques questions ouvertes pour inviter vos adolescents à s'exprimer au foyer :

1. Quelle expérience spirituelle as-tu eue au séminaire aujourd'hui ?
2. Qu'est-ce qui t'a touché le plus aujourd'hui ?
3. Quel principe as-tu appris au séminaire qui pourrait être utile à notre famille ?
4. Quelle histoire des Écritures as-tu étudiée aujourd'hui ? Peux-tu nous en parler ?
5. Quelle histoire des Écritures t'a touché au séminaire ?
6. Est-ce que quelque chose au séminaire t'a motivé à être meilleur aujourd'hui ?
7. Qu'as-tu appris sur le Sauveur grâce à ce que tu as étudié au séminaire ?

Il pourra parfois arriver que votre étude familiale soit en avance sur le séminaire. Durant ces périodes, les instructeurs du séminaires

adapteront les questions ci-dessus pour puiser dans ce que les jeunes apprennent au foyer.

Maîtrise de la doctrine

L'étude des Écritures au séminaire n'est plus une question de mémorisation. Nous nous concentrons sur la maîtrise de la doctrine et aidons les élèves à apprendre, à appliquer les enseignements et acquérir un témoignage de la doctrine enseignée dans les Écritures. L'objectif est d'approfondir la conversion à la véritable doctrine et de savoir comment l'enseigner avec puissance.

Par exemple, au séminaire, lorsque nous étudions une Écriture qui parle de la Divinité, nous en cherchons d'autres qui en parlent. Ensuite, nous recommandons aux élèves de noter ce que nous y apprenons sur la Divinité. Enfin, nous inventons des situations fictives où ils font des jeux de rôle pour montrer comment ils expliqueraient nos croyances sur la Divinité à l'aide de ces passages.

Utilisez cette méthode au foyer et invitez votre adolescent à :

1. Enseigner les principes énoncés dans le passage.
2. Trouver des renvois croisés avec d'autres passages d'Écritures sur le sujet.
3. Aider votre famille à apprendre les versets par cœur ou à se souvenir de leur emplacement.
4. Expliquer comment ces enseignements s'appliquent à votre vie.

Préparation pour un l'apprentissage approfondi

Au séminaire, nous mettons l'accent sur ce que l'on appelle l'apprentissage approfondi, c'est-à-dire un apprentissage qui conduit à la conversion. L'une des clés de l'apprentissage approfondi est d'améliorer sa préparation à apprendre. La façon d'améliorer cette préparation diffère pour chaque classe de séminaire. Certains instructeurs donnent une tâche. Nous renvoyons les élèves chez eux avec le bloc d'Écritures désigné et des questions afin qu'ils lisent les passages que nous étudierons ensemble. En coordonnant le séminaire et le programme *Viens et suis-moi*, il sera possible de communiquer ces tâches aux familles des élèves. Cela leur donnera une occasion de plus d'apprendre ensemble.



Invitez votre adolescent à :

1. Faire part des tâches de préparation à votre famille.
2. Après la leçon de séminaire, parler de ce qu'il a appris d'autre sur le sujet.

Par exemple, si un adolescent se fixe le but d'être plus patient, la prochaine étape sera de planifier comment il cultivera cette vertu. Dans quelles circonstances et de quelles manières a-t-il besoin d'être plus patient ? Un élève a décidé qu'il devait être plus patient au volant. Lorsque nous avons parlé de la manière de s'y prendre, il a dit qu'il allait écouter de la musique apaisante dans la voiture et mettre un mot sur son tableau de bord lui rappelant de prier chaque fois qu'il prend le volant.

Invitez votre adolescent à :

1. Vous faire part de ses buts.
2. Parler de la manière de se fixer et d'atteindre des buts similaires en famille.

Donnez à vos enfants les moyens de fortifier votre foyer

Vous avez la chance incroyable de pouvoir injecter un peu d'enthousiasme dans votre étude familiale des Écritures, et, maintenant, avec les programmes d'étude coordonnés, vous pouvez inviter vos enfants en âge de suivre le séminaire à parler de ce qu'ils apprennent. En étudiant les mêmes Écritures au séminaire et en famille dans *Viens et suis-moi*, ils auront plus que jamais les moyens de fortifier leur famille grâce à leurs idées sur l'Évangile.

Cette étape suivante dans l'effort de l'Église pour devenir « une Église centrée sur le foyer et soutenue par ce qui se déroule dans les bâtiments de nos branches, de nos paroisses et de nos pieux² » donne les moyens aux jeunes de jouer un rôle encore plus grand dans la fortification de leur foyer. Nous sommes d'accord avec ces propos de Jeffrey R. Holland, du Collège des douze apôtres : « Nous pensons que c'est une nouvelle extraordinaire à cette époque où nos jeunes ont besoin d'encore plus de force. Nous pensons que cette coordination avec ce que fait le reste de l'Église est merveilleuse et que l'étude de l'Évangile centré au foyer va grandement bénéficier du fait qu'elle est soutenue par l'Église et maintenant par le séminaire³. » ■

Les auteurs sont instructeurs du séminaire en Utah (États-Unis).

NOTES

1. Bonnie H. Cordon, « Le programme du séminaire soutient l'apprentissage centré sur le foyer » (vidéo, 22 mars 2019), LDS.org.
2. Russell M. Nelson, « Remarques préliminaires », *Le Liahona*, novembre 2018, p. 7.
3. Jeffrey R. Holland, « Le programme du séminaire soutient l'apprentissage centré sur le foyer. »

Se fixer des buts précis

Vous avez sûrement remarqué que le programme *Viens et suis-moi* nous demande souvent de nous fixer des buts précis. C'est aussi quelque chose que nous soulignons au séminaire. Nous apprenons aux élèves à se fixer des buts précis et non des objectifs généraux tels que « être en meilleure santé ». Quand un élève se fixe un but, il planifie *quand, où et comment* il l'atteindra.





L'importance éternelle des choix justes



Quentin L. Cook
Du Collège des
douze apôtres

Les choix que nous faisons sont d'une importance capitale ; ils sont la clé de notre avenir et de notre bonheur.

Nous vivons dans un monde qui préfère la diversité à l'unité. Beaucoup parlent du principe qu'il est quasiment impossible à des personnes de cultures et d'horizons différents d'être unies dans des objectifs communs. Certains affirment : « Il nous manque l'histoire unificatrice pour expliquer comment un peuple pluraliste vit » ensemble¹. Certains croient « que le monde est défini par notre identité tribale unique. Ils décrivent la société comme un champ de bataille » qui « cultive la méfiance, la division et la paralysie émotionnelle² ».

Une réponse unificatrice à ces affirmations est l'Évangile rétabli de Jésus-Christ. La droiture est le principe sous-jacent qui apporte l'unité et le bonheur. J'aime beaucoup le neuvième chapitre de 2 Néphî qui contient des enseignements extraordinaires au sujet de l'apprentissage, de la sagesse, de la richesse, du travail et du refus de voir ou d'entendre les conséquences du péché. Il contient des points de doctrine profonds qui nous permettent de suivre les sentiers de la droiture qui conduisent au Sauveur.

Je vais vous parler de cinq principes qui, je le crois, contribueront à la réussite de votre quête de foi au Seigneur Jésus-Christ, de droiture et de connaissance. Ces objectifs peuvent être compatibles et complémentaires. Au niveau pratique, beaucoup parmi vous se préparent à fonder une famille et à subvenir à ses besoins. La foi, la droiture et la connaissance vous seront d'une grande utilité dans ces deux domaines. Tout travail honnête en vaut la peine et mérite notre admiration. Mais le travail qui repose sur des valeurs, qui soumet de nouvelles idées et contribue au bien de l'humanité est particulièrement précieux et utile.

1. Continuez d'apprendre

Le premier principe que je vous propose est de poursuivre avec enthousiasme et droiture votre quête de la connaissance. Dans cette catégorie, l'un de mes héros est Paul Cox, membre pratiquant de l'Église. Il a obtenu une licence de botanique de l'université Brigham Young ainsi que des diplômes de troisième cycle. Il a fait une mission dans les Samoa et ensuite a vécu avec sa famille à Savai'i (Samoa) pendant de nombreuses années. L'une de ses spécialités était l'ethnomédecine, qui l'a amené à étudier des plantes utilisées par des générations de mères samoanes pour soigner. Il est co-auteur de *Plants, People, and Culture : The Science of Ethnobotany*³ (Plantes, peuples et cultures : La science de l'ethnomédecine).

Il a fait plusieurs découvertes capitales pour le traitement de maladies. Il a accompli beaucoup de choses au cours de sa carrière exceptionnelle, mais celle que je souhaite mentionner date de nombreuses années. Paul et un chef samoan, Fuiono Senio, effectuaient des recherches ethnobotaniques dans le village de Falealupo (Samoa occidentales).

Un article du *BYU Magazine* a rapporté ce qui suit : « Le village avait autorisé avec réticence une entreprise à exploiter sa forêt afin de financer la construction d'une école parce que, selon Cox, 'les villageois avaient l'impression de devoir faire un choix déchirant entre leurs enfants et leur forêt'. Lorsqu'il a été informé de la transaction, Cox a dit aux chefs qu'il financerait personnellement l'école s'ils pouvaient empêcher l'exploitation » de la forêt tropicale⁴.

Il a effectivement construit l'école avec l'aide d'hommes d'affaires qui avaient des liens avec les Samoa⁵. Frère Cox a reçu de nombreuses récompenses, notamment le prix Goldman pour l'écologie, réservé à ses défenseurs. Il est l'illustration de la quête continue de la connaissance au profit de l'humanité. Cette histoire est un exemple de l'amour de l'apprentissage et du synergisme de la connaissance.



Ancienne ou nouvelle, la connaissance est importante quand on s'en sert avec justice.

Le président Nelson, un autre de mes héros, a été un pionnier de la chirurgie à cœur ouvert, laquelle a été un grand bienfait pour nos contemporains. Il y a quelques années, je l'ai interrogé sur l'histoire incroyable de la chirurgie à cœur ouvert et le rôle important qu'il y a joué. Nous en avons discuté pendant un moment puis, humblement, il a déclaré : « Que c'est merveilleux que le Seigneur, qui sait tout, nous accorde la grande joie de découvrir certaines bribes de connaissance ! »

Dans 2 Néphi 9:29, nous lisons : « Être instruit est une bonne chose si l'on écoute les recommandations de Dieu. » La connaissance a toujours été importante et aujourd'hui nous sommes au seuil de nombreux nouveaux et passionnants progrès scientifiques et technologiques. Il est certain que beaucoup seront d'un grand profit pour l'Église et l'ensemble de la famille humaine. La connaissance, utilisée avec droiture, qu'elle soit ancienne ou nouvelle, est importante.

2. Les choix justes comptent

Il y a de nombreuses années, au cours d'un discours donné en Nouvelle-Zélande, Bruce C. Hafen, maintenant membre émérite des soixante-dix, a relaté un exemple comique de mauvais choix. Ce dont je me souviens, c'est

que Macaron le glouton (personnage célèbre de *1 rue Sésame*) avait gagné à un jeu télévisé et devait choisir entre trois récompenses. Soit il pouvait avoir une nouvelle maison un mois plus tard. Soit il pouvait avoir une nouvelle voiture une semaine plus tard. Soit il pouvait avoir un magnifique macaron : immédiatement ! À votre avis, qu'a-t-il choisi ? Vous avez raison, il a choisi le macaron⁶ !

Nous en rions mais les choix que nous faisons sont d'une importance capitale ; ils sont la clé de notre avenir et de notre bonheur. N'oubliez pas : nous sommes la somme de toutes les décisions que nous prenons. Nous vivons à une époque où presque tous les choix sont l'objet de débats et décortiqués. De nombreuses personnes se dressent presque instantanément contre toute proposition ou principe juste (voir 2 Timothée 4:3). Vers la fin de sa vie, le prophète Léhi a enseigné :

« Car il doit nécessairement y avoir une opposition en toutes choses. [...] »

« C'est pourquoi, les hommes sont libres selon la chair, et tout ce qui est nécessaire à l'homme leur est donné. Et ils sont libres de choisir la liberté et la vie éternelle, par l'intermédiaire du grand Médiateur de tous les hommes, ou de choisir la captivité et la mort, selon la captivité et le pouvoir du diable ; car il cherche à rendre tous les hommes malheureux comme lui » (2 Néphi 2:11, 27).

Étant donné la guerre dans les cieux dont l'enjeu était le plan du salut, (voir Abraham 3), il n'est pas surprenant que les principes religieux enseignés dans cette dernière dispensation soient attaqués avec férocité et malveillance. Souvenons-nous de l'issue de la guerre dans les cieux et de celle de l'ouverture de la seconde venue de Jésus-Christ, qui, nous le savons, sera merveilleuse, faute de quoi nous serons découragés.

Un grand ennemi des bons choix est la justification. Beaucoup soutiennent que nous ne sommes pas responsables de nos choix. Grâce à l'Évangile rétabli de Jésus-Christ, nous savons

que nous *sommes* responsables (voir Doctrine et Alliances 72:3). Nous savons également à qui nous devons rendre des comptes. C'est au Sauveur ! (Voir 2 Néphi 9:41 ; voir aussi Actes 4:12.)

Parfois les choix importants sont assez simples. Lorsque nous étions de jeunes missionnaires en Angleterre, mon collègue et moi avons eu l'occasion d'aller au temple. Pendant que nous en traversions les jardins, le président du temple, Selvoy J. Boyer, s'est avancé vers nous. En voyant notre plaque, il nous a montrés du doigt et a demandé : « Matthieu 5:48 : connaissez-vous cette Écriture ? » Mon collègue a dit : « Soyez donc parfaits, comme votre Père céleste est parfait. » Le président Boyer a dit : « C'est exact. Frères, respectez-vous ce commandement ? »

Nous avons commencé à bredouiller ; nous savions que nous n'étions pas parfaits ! Il nous a aidés. Il a posé des questions sur ce que nous avions fait les trois jours précédents. Il a demandé à quelle heure nous étions couchés, à quelle heure nous étions levés, si nous avions étudié les Écritures personnellement et ensemble et si nous étions sortis faire du prosélytisme à l'heure. Ensuite il a dit : « Je suis sûr que vous

Les choix que nous faisons sont la clé de notre avenir et de notre bonheur.



n'êtes pas parfaits mais vous avez fait des choix parfaits ces trois derniers jours et cela signifie que vous avancez dans la bonne direction. » Il nous a laissés plongés dans nos réflexions sur l'importance de ce qu'il avait demandé.

Léhi a lancé cette exhortation sur le choix, que tous les pères et toutes les mères justes répètent à leurs fils et filles : « Je voudrais que vous vous tourniez vers le grand Médiateur, et écoutiez ses grands commandements, et soyez fidèles à ses paroles, et choisissiez la vie éternelle, selon la volonté de son Esprit-Saint » (2 Néphi 2:28).

Il faut que nous comprenions qu'il y a de l'opposition en toutes choses et que les choix justes que nous faisons sont d'une importance capitale.

Quand j'étais jeune, j'ai découvert une déclaration de Harry Emerson Fosdick, célèbre pasteur protestant. En parlant des choix, il disait : « Les maux tragiques de notre vie sont si souvent involontaires. Nous ne nous fixons jamais ce malheureux but médiocre. Nous n'avions pas du tout cette intention à l'esprit. [...] C'est la raison pour laquelle la route de l'enfer est toujours pavée de

bonnes intentions et c'est la raison pour laquelle je ne vante pas les mérites des idéaux élevés, des objectifs ambitieux et des grandes résolutions, mais que je dis qu'une des choses les plus dangereuses au monde est de les accepter et de penser qu'on y croit et ensuite de négliger les efforts quotidiens qui y conduisent. Ah, mon âme, regarde le chemin que tu parcours ! Qui saisit l'une des extrémités d'un bâton soulève aussi l'autre. Qui choisit le départ d'une route en choisit la destination. Ce sont les moyens qui déterminent la fin⁷. »

3. Faites jour après jour des efforts consacrés

Les efforts consacrés quotidiens et justes sont plus profitables que les actes héroïques occasionnels. L'un de mes amis, Jim Jardine, a admis, lors d'une conférence à l'université Brigham Young, que, lorsqu'il était étudiant, il pensait « consacrer sa vie en un grand geste héroïque » mais avait fini par se rendre compte que « la consécration n'est pas un événement unique dans la vie mais un dévouement de chaque jour⁸ ».

Quand j'étais jeune, je voulais, moi aussi, accomplir un acte héroïque. Mon arrière-grand-père, David Patten Kimball, fut l'un des jeunes hommes qui secoururent et aidèrent à porter les membres du convoi de charrettes à bras Martin de l'autre côté de la rivière Sweetwater. C'était cette sorte de dévouement que je recherchais. Plus tard, quand j'ai parlé avec mon grand-père Crozier Kimball, il m'a expliqué que, lorsque Brigham Young (1801-1877) avait envoyé les hommes porter secours au convoi de charrettes, il leur avait commandé de faire tout ce qui était en leur pouvoir pour le sauver. Ils étaient précisément consacrés à « suivre le prophète ». Mon grand-père m'a dit que la consécration juste, constante et fidèle à son devoir ou à un principe mérite une grande admiration.

Aussi héroïque que ce fût de la part de David Patten Kimball de secourir les pionniers, il est tout aussi héroïque aujourd'hui de suivre le prophète en tenant compte de ses conseils : modérer son utilisation des réseaux sociaux, étudier le Livre de Mormon et surtout aider à rassembler Israël dispersé des deux côtés du voile. Si nous aidons à rassembler Israël dispersé, nous sauverons les âmes humaines, tout comme mon arrière-grand-père a sauvé la vie des membres du convoi de charrettes à bras.

Certains membres de l'Église déclarent qu'ils s'engageraient avec enthousiasme si on leur donnait un grand appel, mais ils ne trouvent pas le service pastoral ou l'histoire familiale suffisamment héroïques ou dignes de leur effort soutenu.

4. Soyez forts et immuables dans les questions de droiture

Il y a quelques années, Neal A. Maxwell (1926-2004), du Collège des douze apôtres, parlait de certains de ses amis qui étaient non pratiquants dans l'Église. Il a dit qu'il avait observé les fluctuations de leur foi et leur cause sous-jacente. Il a ensuite déclaré :

« Un verset du Livre de Mormon offre l'explication la plus satisfaisante. C'est une

Les efforts consacrés quotidiens et justes sont plus profitables que les actes héroïques occasionnels.

question posée dans Mosiah 5:13 : ‘Car, comment un homme connaît-il le maître qu’il n’a pas servi, et qui est un étranger pour lui, et est loin des pensées et des intentions de son cœur ?’

« Cela décrit ce qui arrive généralement : des personnes par ailleurs foncièrement bonnes se laissent simplement accaparer par les soucis du monde. Si, au lieu de nous rapprocher du Maître, nous devenons un étranger pour lui, alors nous avons perdu notre route. En règle générale, les bonnes personnes à qui cela arrive ne sont pas coupables de transgressions graves mais elles se sont éloignées du Sauveur et il est devenu un étranger pour elles⁹. »

Il est indispensable que nous placions la foi en notre Seigneur et Sauveur Jésus-Christ au centre de notre vie. Un président de mission remarquable m’a fait apprendre par cœur une déclaration

simple sur la foi et la justice, et je ne l’ai jamais oubliée. Je vous la recommande :

Nul hasard, destin ou sort

Ne peut détourner, empêcher ou contrôler

La ferme résolution d’une âme déterminée¹⁰.

Mes chers amis, nous devons être des âmes déterminées à mener une vie droite !

5. Gagnez votre héritage en faisant des choix justes

Les conseils d’Alma à ses trois fils, Héliaman, Shiblon et Corianton, constituent l’un des grands moments du Livre de Mormon. Alma est le fils d’Alma, le prophète. Dans sa jeunesse, il connaît une conversion miraculeuse. Il devient grand juge du pays et grand prêtre et prophète de l’Église. Deux de ses fils font de bons choix. Mais le troisième en fait de très mauvais. À mes yeux, la plus

Il peut y avoir de l’héroïsme simplement à soutenir les dirigeants.



« Une erreur que les saints, jeunes et vieux, doivent éviter, est la tendance de vivre avec une lumière d'emprunt et de permettre que [...] leur lumière intérieure soit un reflet ou lieu d'être la source. »

grande valeur des conseils d'Alma réside dans le fait que ce sont ceux d'un père à ses enfants. Son premier souci est qu'ils aient un témoignage de Dieu le Père, de Jésus-Christ et du Saint-Esprit.

Alma commence au chapitre 36 par raconter à Héléman sa conversion miraculeuse. Un ange a dit à Alma qu'il serait détruit s'il continuait de lutter contre l'Église. Alma témoigne que la connaissance dont il fait part ne vient pas de sa propre sagesse mais lui a été révélée par Dieu. Il veut qu'Héléman ait un témoignage.

Nombre d'entre vous, si ce n'est la plupart, ont un témoignage. Nous avons tous besoin d'un témoignage personnel. Joseph F. Smith (1838-1919) a dit : « Une erreur que les saints, jeunes et vieux, doivent éviter, est la tendance de vivre avec une lumière d'emprunt et de permettre que [...] leur lumière intérieure soit un reflet ou lieu d'être la source¹¹. »

Heber C. Kimball (1801-1868), conseiller du président Young, a dit :

« Le temps viendra où aucun homme ni aucune femme ne pourra endurer les difficultés avec une lumière d'emprunt. Tout le monde devra être guidé par la lumière qu'il aura en lui. Si vous ne l'avez pas, comment allez-vous les supporter ? [...] »

« [...] Si vous ne l'avez pas, vous ne résisterez pas ; par conséquent recherchez le témoignage de Jésus et attachez-vous-y afin de ne pas trébucher et tomber quand le temps de l'épreuve viendra¹². »

La section 76 des Doctrine et Alliances mentionne les trois degrés de gloire et compare la gloire céleste au soleil. Elle compare ensuite le royaume terrestre à la lune et le royaume téleste aux étoiles (voir aussi 1 Corinthiens 15:41).

Il est intéressant de noter que le soleil émet sa propre lumière alors que la lune la réfléchit ou « l'emprunte ». Parlant des héritiers du royaume terrestre, le verset 79 dit : « Ce sont ceux qui ne sont pas vaillants dans le témoignage de Jésus. » Nous ne pouvons pas obtenir le royaume céleste et vivre avec Dieu le Père sur une lumière d'emprunt.

Soyez reconnaissants si vous avez eu de bons parents qui ont un témoignage et vous ont enseigné l'Évangile. Vous avez cependant besoin de votre propre témoignage. Le philosophe Goethe a dit : « Ce que tu as hérité de ton père ne t'est que prêté, il te faut l'acquérir pour le posséder¹³. »

Chaque personne a la responsabilité de faire des choix justes et de réfléchir sérieusement aux cinq conseils que j'ai présentés. Votre objectif principal est d'édifier votre foi personnelle. L'état du monde exige de plus en plus une conversion personnelle profonde et une foi ferme en notre Père céleste et en Jésus-Christ et son expiation.

Préparés pour des temps difficiles

L'Église a fait un effort incroyable pour vous tracer le chemin et vous aider à faire des choix justes. Le Seigneur nous a préparés, ligne sur ligne, pour les « temps difficiles » (2 Timothée 3:1) que nous connaissons maintenant. La Première Présidence et le Collège des douze apôtres ont proposé une liste réduite d'actions pour vous guider. Elle comporte les points suivants :

- Le respect du jour du sabbat et de l'ordonnance sacrée de la Sainte-Cène, qui a de nouveau été souligné ces cinq dernières années.
- Sous la direction de l'évêque, les collèges d'anciens et les Sociétés de Secours renforcés se concentrent sur l'objectif de l'Église et ses responsabilités confiées par Dieu, et aident les membres à contracter des alliances sacrées et à les respecter.
- Le service pastoral effectué « de manière plus élevée et plus sainte » est adopté avec joie.
- Quand on commence avec l'objectif final à l'esprit, l'œuvre de l'histoire familiale et les alliances du temple deviennent une partie déterminante du chemin des alliances.

Lors de la conférence générale d'octobre 2018, des adaptations supplémentaires pour parvenir à un nouvel équilibre entre ce qui se passe à l'église et au foyer ont été présentées. L'objectif est un sabbat centré sur le foyer et soutenu par l'Église. Dans le discours que j'ai prononcé, et qui était approuvé par la Première Présidence et le Collège des Douze, nous avons déclaré que les objectifs et les bénéfices de cette adaptation et des autres changements récents, sont :

L'Église nous a montré un itinéraire pour nous aider à faire de bons choix.



- Une conversion plus profonde à notre Père céleste et au Seigneur Jésus-Christ et une foi plus forte en eux.
- Le renforcement des personnes et des familles grâce à un programme d'étude centré sur le foyer, soutenu par l'Église, et qui permet une pratique joyeuse de l'Évangile.
- La sanctification du jour du sabbat, qui se concentre sur l'ordonnance de la Sainte-Cène.
- Une aide offerte à tous les enfants de notre Père céleste des deux côtés du voile par l'œuvre missionnaire et la réception des ordonnances, des alliances et des bénédictions du temple¹⁴.

Vous serez bénis maintenant et tout au long de votre vie si vous adhérez fidèlement à ces recommandations. ■

Tiré d'un discours d'introduction « Décidez de faire de bons choix », prononcé le 20 novembre 2018 à l'université Brigham Young-Hawaï.

NOTES

1. David Brooks, « The Rise of the Amphibians », *New York Times*, 15 février 2018, nytimes.com.
2. Brooks, « The Rise of the Amphibians ».
3. Michael J. Balick et Paul Alan Cox, *Plants, People, and Culture : The Science of Ethnobotany*, 1996.
4. Julie Walker, « Professor and Samoan Chief Awarded for Saving Rain Forest », *BYU Magazine*, Été 1997, p. 8 ; voir aussi, Anne Billings, « Vous pouvez faire changer les choses : Paul Cox, protecteur des créations de Dieu », *Le Liahona*, novembre 1998, p. 32-37.
5. Parmi eux se trouvaient Rex Maughan, Ken Murdock et d'autres membres de l'Église.
6. Voir Bruce C. Hafen et Marie K. Hafen, « Bridle All Your Passions », *Ensign*, février 1994, p. 16.
7. Harry Emerson Fosdick, *Living Under Tension*, 1941, p. 111.
8. James S. Jardine, « Consecration and Learning », dans Henry B. Eyring, comp., *On Becoming a Disciple-Scholar : Lectures Presented at the Brigham Young University Honors Program Discipline and Discipleship Lecture Series*, 1995, p. 78.
9. Neal A. Maxwell, « Insights from My Life », *Ensign*, août 2000, p. 9.
10. Ella Wheeler Wilcox, « Will », dans Charles Wells Moulton, *The Magazine of Poetry : A Quarterly Review*, vol. 5 (1893). Le président de mission était Marion D. Hanks.
11. Joseph F. Smith, *Gospel Doctrine*, 5^e éd., 1939, p. 87.
12. Heber C. Kimball, dans Orson F. Whitney, *Life of Heber C. Kimball*, 6^e éd., 1975, p. 450.
13. Johann Wolfgang von Goethe, *Faust*, traduction Bayard Taylor, 1912, 1:28.
14. Voir Quentin L. Cook, « Une conversion profonde et durable à notre Père céleste et au Seigneur Jésus-Christ », *Le Liahona*, novembre 2018, p. 8-11.

Le meilleur investissement

Par Michael R. Morris
Magazines de l'Église

Après son licenciement, Blanca Gregory panique à l'idée de devoir chercher un nouveau travail. Mais ensuite, elle se joint au groupe d'autonomie « Trouver un meilleur emploi ».

Blanca Gregory travaille dans le secteur bancaire depuis vingt-sept ans, dont douze en qualité de directrice adjointe, ce qui explique pourquoi son licenciement lui cause un tel choc. Sa surprise fait rapidement place à l'inquiétude et au stress.

Heureusement, Eric, son mari, a un emploi et la famille a des économies pour l'aider à passer le cap. Après s'être remise d'une maladie et avoir passé plus d'une année au chômage, sœur Gregory commence à chercher un nouveau travail.

Elle met son CV à jour, s'inscrit à un cours d'informatique, assiste à des salons de recrutement et commence à postuler ici et là. Ses démarches aboutissent à plusieurs entretiens d'embauche. Du fait de son expérience professionnelle, elle pense retrouver facilement du travail.

Elle raconte : « J'ai commencé à m'inquiéter de n'avoir de réponse de personne. Je me suis dit : 'Que se passe-t-il ?' »

Les mois passent sans la moindre offre d'emploi. Finalement, son mari, qui est alors évêque de leur paroisse à Newport Beach (Californie, États-Unis), lui propose de jeter un coup d'œil à l'initiative en matière



d'autonomie puis de se joindre au groupe « Trouver un meilleur emploi ».

« On ressent l'Esprit »

Avec son groupe « Trouver un meilleur emploi », sœur Gregory commence un cours de douze semaines qui lui apprend à se créer un réseau, à repérer les possibilités, à mettre son CV à jour, à se présenter professionnellement et à se préparer aux entretiens d'embauche. Elle se fixe aussi des objectifs quotidiens pour trouver des ressources, établir des contacts et mener des réunions en tête-à-tête.

Elle explique : « Un cours d'autonomie ne ressemble à aucun autre cours. C'est une inspiration. On y ressent l'Esprit. On y apprend à exercer sa foi, à être diligent, à travailler dur et à implorer le Seigneur. On y apprend à ne pas compter uniquement sur ses compétences personnelles pour trouver du travail mais aussi sur l'aide de notre Père céleste. »

Grâce à son groupe, sœur Gregory s'entraîne longuement à parler de ses qualifications et à prendre contact avec les gens et des entreprises à l'aide d'un outil de constitution de réseau appelé : « Moi en trente secondes. » La présentation « Moi en trente secondes » informe les employeurs du genre de travail que l'employé potentiel recherche, de son expérience et de la façon dont il peut contribuer au succès de l'entreprise.

Au bout de huit semaines, sœur Gregory se sent poussée à s'agenouiller

et à prier continuellement toute une journée.

Elle raconte : « Je me suis humiliée. J'avais vraiment besoin que notre Père céleste m'aide à trouver quelque chose. Je ne disais pas que je voulais être directrice ou que je voulais gagner tant. J'avais juste besoin d'un travail. J'ai ouvert mon cœur au Seigneur. »

Ce jour-là, pour faire ce que lui demande le cours, elle répond électroniquement à cinq offres d'emploi. Dès le lendemain, un employeur potentiel lui téléphone pour avoir un entretien pour un poste de directrice d'agence bancaire. Elle est heureuse que ses prières aient été exaucées si rapidement.

Elle dit : « L'entretien ne m'inquiétait pas parce que je m'y étais entraînée depuis si longtemps en cours. » Elle prie néanmoins avec ferveur juste avant. Elle supplie : « Père céleste, je te prie de mettre les mots dans ma bouche pour que je réponde correctement à mes interlocuteurs afin qu'ils puissent voir ce que j'ai à offrir. »

« Cela va vous changer la vie »

En mars 2018, quelques jours après l'entretien de sœur Gregory, Mickey et Margaret Foster se garent dans le parking du centre de pieu de Newport Beach pour rencontrer le groupe « Trouver un meilleur emploi ». Les Foster, couple d'âge mûr en mission pour les services de l'autonomie, arrivent tôt et sont surpris de voir Blanca déjà garée là.

Frère Foster raconte : « Elle était tellement contente qu'elle a sauté dans notre voiture pour nous dire qu'elle venait juste de décrocher un emploi. Elle nous a dit combien elle aimait notre Père céleste et nous a parlé du rôle que l'initiative en matière d'autonomie et son groupe d'autonomie ont joué dans sa recherche d'emploi. »

Sœur Gregory leur témoigne aussi qu'elle ne s'est jamais sentie aussi proche du Sauveur ni ne l'a jamais senti aussi personnellement impliqué dans sa vie. Submergés par la reconnaissance et l'émotion, tous les trois pleurent. Un an plus tard, elle est toujours reconnaissante de son groupe d'autonomie, de l'aide reçue du ciel et de son travail d'agent de banque.

Elle dit : « Je suis bien payée. Les horaires sont pratiques. Les avantages sociaux sont intéressants. » Elle utilise ses compétences, cultive de nouveaux talents et « évolue dans l'entreprise ».

À toutes les personnes qui cherchent du travail ou qui cherchent à en changer, elle dit : « Le meilleur investissement que vous puissiez faire est de vous joindre au groupe « Trouver un meilleur emploi ». Cela vous aidera non seulement à mettre votre CV à jour et à expliquer vos compétences, mais aussi à apprendre à exercer votre foi et à faire grandir votre témoignage. C'est ce qui fait toute la différence. Le cours ne dure que quelques heures par semaine, mais il est très utile. Il va changer votre vie. » ■

Un appel pour John

Il y a de nombreuses années, j'étais un nouvel évêque et j'ai remarqué une sœur fidèle qui venait toujours à l'église sans son mari, John. J'ai appris qu'il avait été président de branche pendant la construction de leur église. Les membres de sa branche l'avaient tellement peu aidé qu'il s'était épuisé à faire la majeure partie du travail et était devenu non pratiquant.

Lorsque des membres de la paroisse venaient lui rendre visite, il allumait sa cigarette et posait sa canette de bière à côté de son fauteuil comme pour dire : « Vous n'allez pas me faire revenir. »

Plus tard, j'ai appris qu'il était

réparateur d'appareils électroménagers. Les membres âgés de la paroisse m'appelaient souvent pour des réparations. Ayant découvert ses compétences, je l'appelais souvent pour lui demander des conseils.

Je l'ai fait pendant environ un an. À ce moment-là, il s'est trouvé que nous avions besoin d'un greffier de paroisse. Après y avoir réfléchi dans la prière, je me suis senti poussé à proposer l'appel à John.

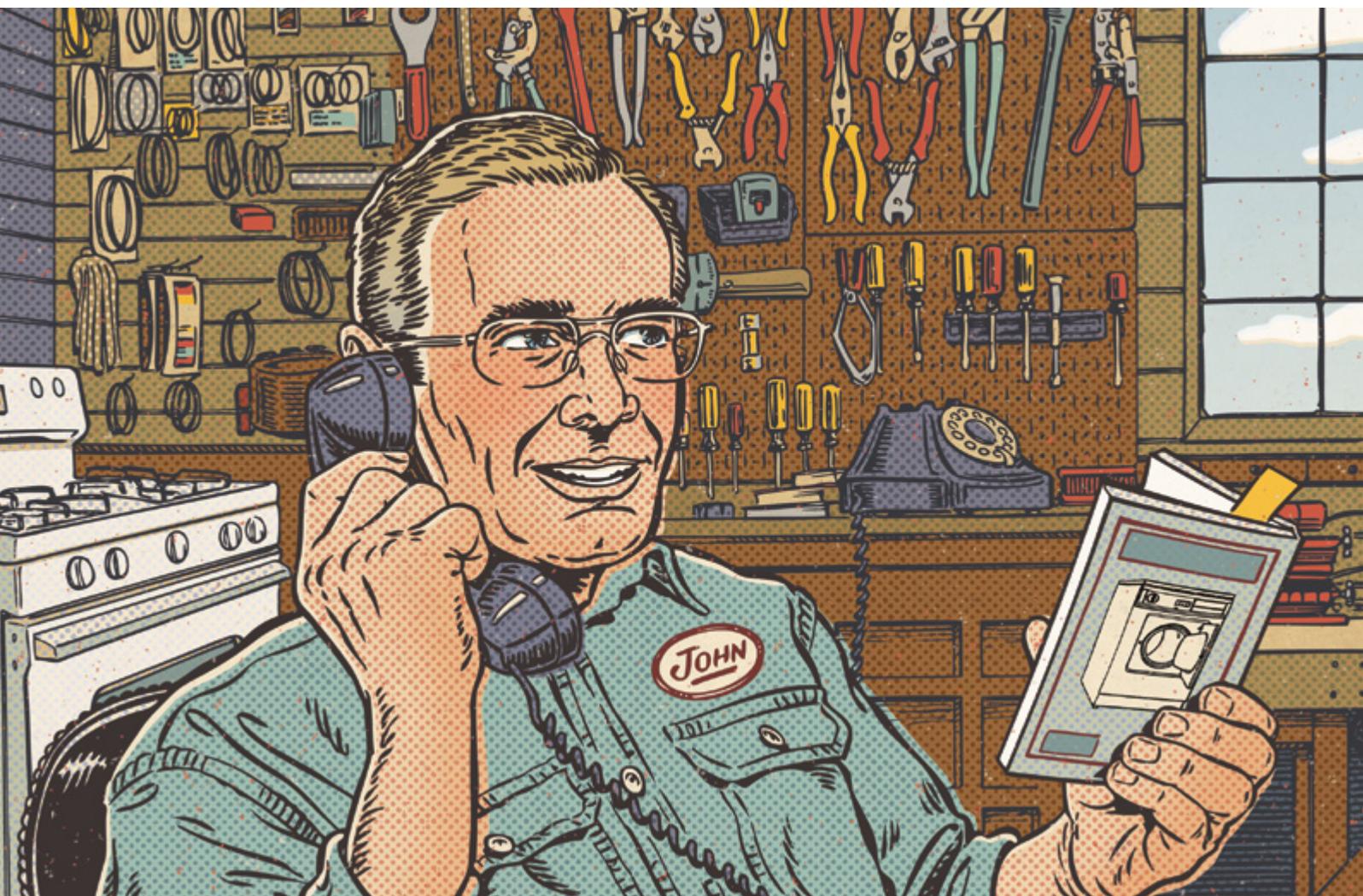
Je l'ai dit au président de pieu qui a dit : « On ne peut pas l'appeler maintenant ! Il fume et boit de la bière. », Je lui ai demandé de le convoquer quand même à un entretien. John s'y

est présenté mais a répondu avec insistance : « Non, je ne suis pas digne. »

La vie a repris son cours. John est resté non pratiquant et je l'appelais quand j'avais besoin de conseils. Pendant tout ce temps, je ne lui ai jamais parlé de revenir à l'église. Puis j'ai demandé au président de pieu d'avoir un deuxième entretien avec lui. John a de nouveau dit non mais il a ajouté : « Quand je serai prêt, je vous le dirai. »

Après cela, j'ai continué de lui demander conseil et de l'entourer de mon mieux.

Un jour, j'ai répondu au téléphone et j'ai entendu : « Est-ce ce bon vieil évêque ? » Il avait commencé de m'appeler



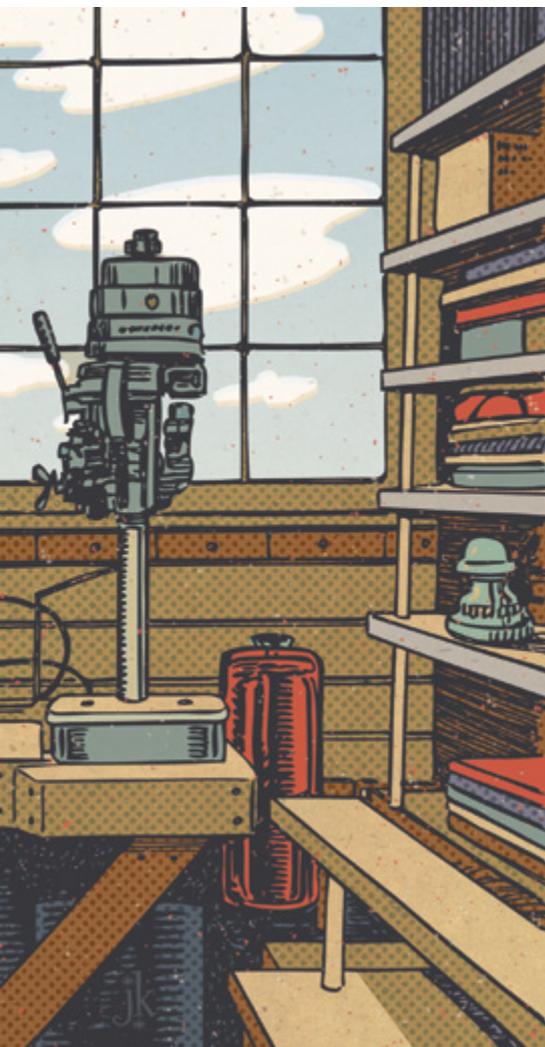
La bénédiction d'un deuil

ainsi. « C'est John. Je suis prêt. » Il a ensuite été appelé et a servi comme greffier de paroisse.

Au fil des ans, il a rempli de nombreux appels. Sa femme et lui ont fait une mission ensemble et ils servent maintenant dans le temple. À la fête organisée à l'occasion de mon cinquantième anniversaire de mariage, John m'a écrit un mot où il disait : « Frère évêque, merci de m'avoir sauvé la vie. »

Les mots me manquent pour exprimer la joie que j'éprouve en sachant que John est revenu à l'Église en partie parce que j'ai été patient et lui ai demandé de l'aide lorsque j'en avais besoin. ■

Burke Waldron, Utah (États-Unis)



Après avoir essayé pendant longtemps d'avoir un bébé, nous attendions enfin notre premier enfant. Quelle joie et quelle émotion ! Tout se passait bien. Notre fille se développait, grandissait et tout notre entourage était aussi heureux que nous de la bénédiction qu'était cette enfant tant attendue.

Mais des complications ont commencé de se manifester. Une rare anomalie du sang et du foie nous menaçait, le bébé et moi. Les médecins ont aussi découvert des caillots de sang dans le placenta. Ma fille a dû naître alors que je n'étais qu'à six mois de grossesse.

Elle pesait cinq cents grammes et mesurait vingt-cinq centimètres. Les infirmières de l'hôpital l'appelaient notre « petite guerrière ». Néanmoins, quatre jours après sa naissance, son état s'est aggravé et elle est décédée. Accoucher de ma fille pour rentrer à la maison sans la tenir dans mes bras et voir ses petites affaires chez nous m'ont causé une souffrance indicible !

J'ai fait trois cents kilomètres jusqu'à Garruchos, notre ville natale, avec son petit cercueil sur les genoux et nous l'avons enterrée là-bas. Par moment, je sentais sa présence, comme si elle me touchait le visage de la main. Mon mari,

Gustavo, a consacré la tombe et nous l'y avons déposée.

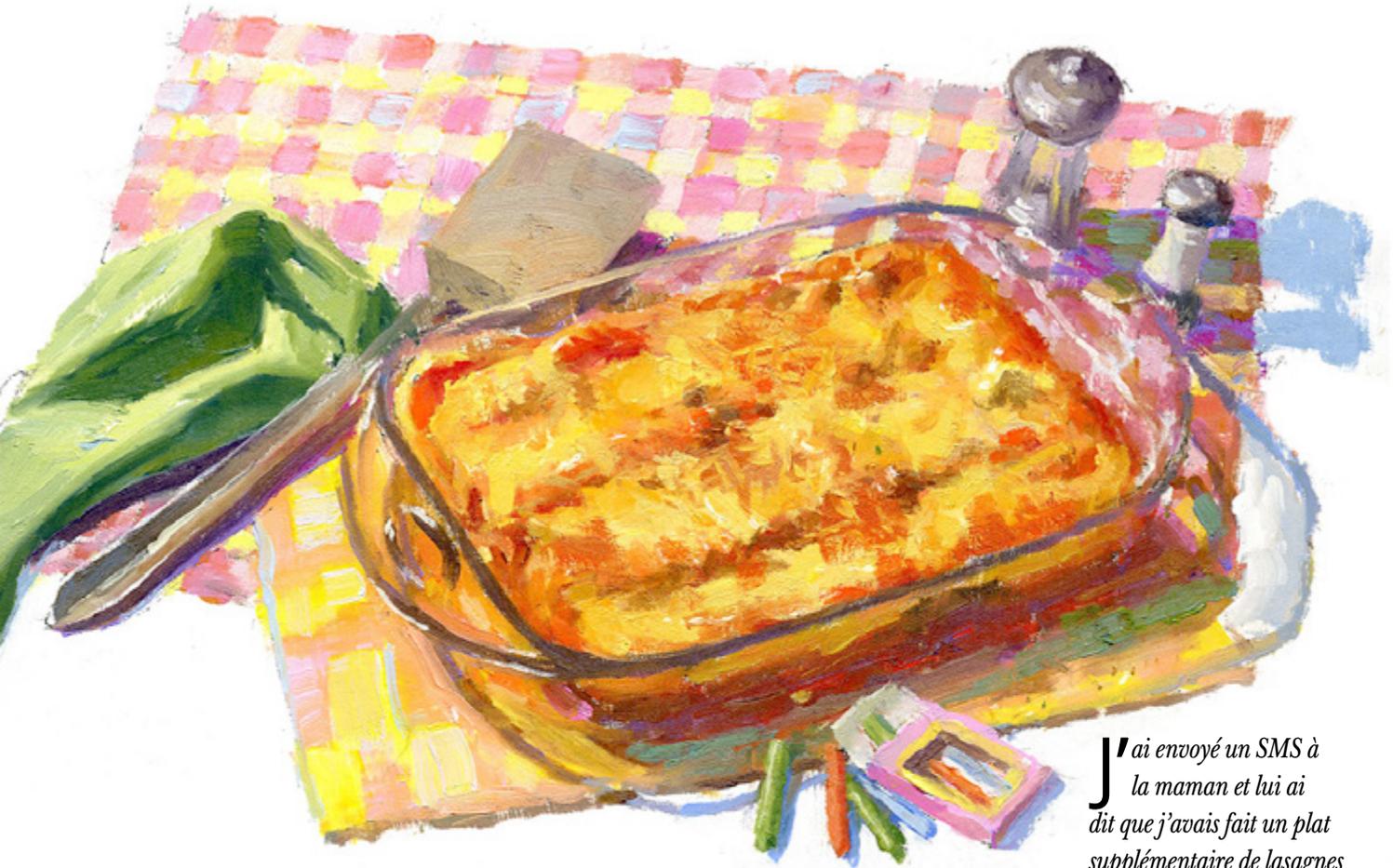
Nous avons passé trois jours chez mes parents, où des gens sont venus nous rendre visite. Certains ne comprenaient pas pourquoi Dieu avait permis qu'une telle chose nous arrive. Mais nous n'avons jamais mis le Seigneur en cause. Il nous a choisis comme parents de cette personne spéciale, ce petit ange, qui n'avait besoin que de si peu de jours ici-bas pour remplir sa mission. Nous n'avons vu dans cette expérience ni un châtement ni une épreuve. Nous y avons vu une bénédiction. Il est maintenant de notre devoir d'être dignes d'être de nouveau avec elle.

L'Évangile nous donne la lumière, la force et l'espérance de pouvoir un jour l'élever. Bien sûr, nous sommes tristes de temps en temps et ressentons parfois un vide. Mais ensuite l'Esprit nous reconforte.

Nous essayons d'avoir un autre bébé et nous savons que tout dépend des desseins et du calendrier du Seigneur. Notre Père céleste nous aime et ne nous abandonnera jamais. Combien nous lui sommes reconnaissants qu'il ait préparé un moyen pour que nous puissions vivre un jour ensemble, en famille ! ■

Patrícia Moraes (Rio Grande do Sul, Brésil)

J'ai appris que John était réparateur d'appareils électroménagers alors je l'appelais pour lui demander des conseils. Il me disait quoi faire et ensuite je faisais la réparation.



J'ai envoyé un SMS à la maman et lui ai dit que j'avais fait un plat supplémentaire de lasagnes que je voulais lui apporter.

Les lasagnes d'anniversaire

Cela faisait longtemps que j'avais envie de faire du pain ou un plat et de le déposer chez un membre de notre paroisse pour lui faire sentir mon amour et celui du Seigneur, mais je ne l'avais jamais fait.

J'aime beaucoup cuisiner mais maintenant il ne reste plus que mon mari et moi à la maison. Je prépare donc de petits repas parce qu'il nous faut en général plusieurs jours pour finir les gros.

Un soir, j'ai décidé de faire des lasagnes. Au lieu d'en faire un grand plat, j'en ai fait deux petits. Ainsi, nous en mangerions un pour le dîner et je pourrais donner l'autre à quelqu'un qui en aurait besoin.

J'ai appelé la présidente de la Société de Secours pour voir si quelqu'un avait

besoin qu'on lui apporte un repas. Elle a mentionné une mère seule qui travaillait et avait deux enfants. L'après-midi j'ai envoyé un SMS à la maman et lui ai dit que j'avais fait un plat supplémentaire de lasagnes que je voulais lui apporter.

Elle m'a renvoyé un message : « Que c'est étrange ! Bien sûr, cela serait super ! » Elle était encore au travail mais ses enfants étaient à la maison; je pourrais donc le déposer quand je voulais.

Un peu plus tard, elle m'a renvoyé un message, demandant : « Saviez-vous que c'était mon anniversaire aujourd'hui ? » Je lui ai assuré que je n'en savais rien. Elle a répondu : « Eh bien, joyeux anniversaire à moi ! »

Lorsque j'ai apporté le repas, elle

venait juste de sortir du travail. Elle était enchantée et ses enfants aussi.

Le dimanche, elle est venue me trouver à l'église et, les larmes aux yeux, elle m'a dit que, chaque année, pour son anniversaire, sa grand-mère faisait le repas, et que c'était toujours des lasagnes. Elle était décédée l'année précédente et c'était le premier anniversaire où elle ne serait pas là pour lui faire des lasagnes.

Lorsque je les ai déposées le jour de son anniversaire, cela a affermi son témoignage que le Seigneur la connaît et l'aime. Et cela a affermi le mien que, si nous nous rendons disponibles pour être des instruments entre les mains du Seigneur, il nous montrera où nous pouvons servir. ■

Anonyme (Texas, États-Unis)

150 pages d'ici jeudi ?

Je n'avais jamais été aussi près de toucher le fond. Ma femme avait demandé le divorce après m'avoir quitté pour un autre homme. J'avais trente ans et je vivais avec ma mère. J'étais aussi sur le point de perdre mon emploi.

Le rédacteur en chef du journal où je travaillais m'avait mis en garde : « Si tu viens encore une fois ivre au travail, tu seras immédiatement renvoyé. » En rentrant chez moi, je me demandais comment cesser de boire.

Juste à ce moment-là, deux missionnaires se sont arrêtés et m'ont parlé de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours. Je leur ai dit que je n'étais pas intéressé. Mais, étant journaliste, je me suis senti obligé de leur donner ma carte de visite.

Plusieurs jours plus tard, ma mère m'a dit que deux Américains étaient là pour me voir.

Elle a dit : « Ils ont l'une de tes cartes. »

C'étaient les mêmes missionnaires que quelques jours plus tôt. L'un d'eux m'a donné une brochure et m'a parlé de Joseph Smith, le prophète. Puis

son collègue m'a tendu un Livre de Mormon. Il m'a demandé si je voulais bien en lire plusieurs chapitres. Lorsque j'ai accepté de le faire, il m'a regardé attentivement et m'a demandé si je lirais cent cinquante pages.

« Impossible ! » lui ai-je dit.

Il a ajouté : « Nous reviendrons jeudi. » C'était quelques jours plus tard. Je ne pensais pas pouvoir en lire autant dans ce délai.

Le lendemain, après le travail, j'ai eu très envie de retrouver mes amis et d'aller boire. Je me suis alors souvenu de la mise en garde du rédacteur en chef et des cent cinquante pages qu'on m'avait demandé de lire. Je suis rentré chez moi et j'ai commencé de lire le Livre de Mormon. J'ai aussi lu la brochure sur Joseph Smith.

J'ai été touché par l'Esprit en lisant son histoire. J'ai aussi ressenti la véracité du Livre de Mormon en le lisant et en

en apprenant plus sur le Sauveur. J'ai eu tôt fait de lire les cent cinquante pages. Le jeudi, les missionnaires sont revenus et m'ont demandé si j'avais lu.

« Oui ! » ai-je dit. « Toutes les cent cinquante pages ! »

Je voulais en savoir plus. Lorsqu'ils m'ont enseigné la Parole de Sagesse, je leur ai dit que j'étais prêt à renoncer à la boisson.

Le dimanche suivant, je suis allé à ma première réunion de jeûne et de témoignage. J'ai rendu mon témoignage nouvellement acquis de Joseph Smith et du Livre de Mormon. Peu de temps après, je me suis fait baptiser et j'ai été confirmé membre de l'Église.

Depuis mon baptême, il y a quarante-huit ans, j'ai essayé de respecter les commandements et de rester proche de l'Église. Je me suis remarié et j'ai fait une mission avec ma femme. Au fil des ans, j'ai accepté de nombreux appels. Je sers maintenant dans le temple. Chaque fois que j'y suis, je remercie le Seigneur de m'avoir tiré des ténèbres et amené dans la lumière. ■

Hildo Rosillo Flores, Piura, Pérou

En rentrant chez moi, je me demandais comment cesser de boire. Juste à ce moment-là, deux missionnaires se sont arrêtés pour me parler.



Notre corps sacré

Par Marissa Widdison
Magazines de l'Église

Si nous n'enseignons pas à nos enfants l'importance éternelle du corps, le monde s'empressera d'intervenir et de les abreuver de mensonges.

Dans 1 Corinthiens 6:19, l'apôtre Paul enseigne que notre corps est sacré : « Ne savez-vous pas que votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous ? » Ce n'est pas ce que le monde enseigne. Au contraire, des messages perturbants fusent autour de nos enfants, suscitant des questions et des doutes.

Quelles sont les mensurations idéales ?

Quels vêtements faut-il porter ?

Quel usage dois-je faire de mon corps ?

Voici quelques idées pour aider les jeunes à mesurer à quel point leur corps est un instrument extraordinaire qui concourt au bien.

Le corps est un don

Les corps sont de différentes formes, couleurs et tailles et ont des capacités différentes. Le message le plus précieux que nous puissions transmettre à nos enfants est que *chaque* corps est une bénédiction merveilleuse. L'obtention d'un corps physique est un élément important du plan du bonheur. En effet, notre âme est constituée de notre esprit et de notre corps ! (voir Doctrine et Alliances 88:15). Comme Paul l'a enseigné, notre corps est le temple du Saint-Esprit.

Les enfants, comme les adultes, peuvent être mécontents de leur aspect et de leurs capacités physiques. C'est normal. Faites-leur comprendre que, même imparfait, le corps nous permet d'apprendre et de progresser. Nous montrerons l'exemple en nous concentrant sur les bonnes choses que notre corps peut faire au lieu de nous inquiéter trop de notre aspect physique ou de comparer notre corps à celui des autres. Un jour, chacun de nous ressuscitera et notre corps sera « restitué à sa forme propre et parfaite » (Alma 40:23).

Prendre soin de notre corps

Les habitudes saines que prennent les enfants leur seront profitables le reste de leur vie. En tant que parents, nous avons une grande influence sur la nourriture qu'ils consomment, leurs activités physiques, leur hygiène et les autres manières dont ils prennent soin de leur corps. En plus de les encourager dans ce sens, nous adopterons ces bonnes pratiques dans notre cadre familial. Cela veut dire aussi parler librement et sans honte des relations sexuelles et des changements physiologiques qu'ils encourront plus tard. (Pour vous aider à avoir des conversations tenant compte du groupe d'âge, voyez *A Parent's Guide* sur ChurchofJesusChrist.org.)



A stylized illustration of a hand holding a heart. The hand is brown with white outlines, and the heart is red with white outlines. The background is light blue and white. There are also some small decorative elements like a purple shape on the left and a candle-like shape at the bottom.

Prévenir les sévices

Malheureusement, à l'échelle mondiale, une personne sur quatre est victime de sévices dans son enfance¹. Nous devons nous efforcer de protéger nos enfants et de leur donner les moyens de se défendre. Apprenons-leur à dire « non » à ce qui les met mal à l'aise et à demander de l'aide si quelqu'un leur fait du mal (et à continuer d'en demander tant qu'ils ne sont pas en sécurité). Nous leur enseignerons le nom correct des parties du corps tout en répondant de manière qui tienne compte de leur fragilité émotionnelle aux questions qu'ils se posent et en les encourageant à prêter attention à l'Esprit. (Voir « Protéger les enfants » dans *Le Liahona* à venir d'octobre 2019.)

Les médias véhiculent de nombreux messages nocifs sur le corps. Qu'est-ce que nos enfants lisent, regardent et écoutent ? Si nous leur apprenons à reconnaître et éviter les médias dangereux, ils seront plus aptes à discerner les vérités des mensonges. (Voir « Growing a Healthy Technology Garden », *Ensign*, avril 2017.)

Être gentils

Faisons-nous des remarques désagréables au sujet du corps d'une personne, y compris du nôtre ? Si c'est le cas, nous montrons à nos jeunes enfants un exemple dangereux. Au lieu de cela, prenons l'habitude d'exprimer de la reconnaissance pour ce que notre corps *peut* faire. Faisons des commentaires positifs, par exemple complimentons les gens pour leur comportement et leurs qualités, pas uniquement pour leur apparence.

Enfin, d'autres personnes font subir à leur corps des choses que l'on nous enseigne d'éviter. Quand nous disons à nos enfants de ne pas se faire faire de tatouage ou de piercing et de ne pas porter de vêtements impudiques, assurons-nous que nous leur apprenons aussi à être gentils. Même si nous ne sommes pas d'accord avec les choix des gens, nous devons toujours les traiter avec amour et respect. ■

NOTE

1. Voir World Health Organization, « Violence and Injury Prevention », www.who.int/violence_injury_prevention/violence/child.

POUR LES ENFANTS

Dans *L'Ami* de ce mois :

- « Ton corps est un temple » (Août 2019, page A12)

Vous trouverez d'autres idées en allant sur le site lessonhelps.lds.org puis en cliquant sur le sujet « Corps ».

POUR LES ADOLESCENTS

Dans *Le Liahona* de ce mois :

- Tous les articles de la rubrique « Jeunes » (voir page 50) enseignent des points de doctrine relatifs au corps.

Vous trouverez d'autres idées sur le site youth.lds.org.



CHAPITRE 2

Une gloire suffisante

Note de la rédaction : Ce texte est un extrait du deuxième chapitre de Les saints : Aucune main impie, deuxième tome de la série Les saints. Le chapitre précédent, publié dans le numéro de juillet, décrit le « Camp d'Israël », un convoi de saints partis en éclaireurs. Ils campaient à Sugar Creek, à une distance relativement faible de Nauvoo, de l'autre côté du Mississippi. Le 1^{er} mars 1846, Brigham Young commence à les conduire vers l'Ouest.

Pendant que Brigham Young et les saints quittaient Sugar Creek, Louisa Pratt, quarante-trois ans, restait à Nauvoo et se préparait à quitter la ville avec ses quatre filles. Trois ans plus tôt, le Seigneur avait appelé son mari, Addison, en mission dans les îles du Pacifique. Depuis lors, il avait été difficile de rester en contact avec lui du fait du service postal peu fiable entre Nauvoo et Tubuai, l'île de Polynésie française où il servait. La plupart de ses lettres dataient de plusieurs mois lorsqu'elles arrivaient, et certaines de plus d'un an.

Sa dernière lettre disait clairement qu'il ne rentrerait pas à temps pour se rendre dans l'Ouest avec elle. Les Douze lui avaient commandé de rester dans les îles du Pacifique jusqu'à ce qu'ils le relèvent ou envoient des missionnaires pour le remplacer. À un moment donné, Brigham avait espéré en envoyer d'autres dans les îles, après que les saints eurent reçu la dotation, mais l'exode de Nauvoo avait différé ce projet¹.

Louisa était disposée à entreprendre le voyage sans son mari, mais quand elle y réfléchissait, elle était inquiète. Elle détestait quitter Nauvoo et le temple et l'idée de franchir les montagnes Rocheuses en chariot ne la séduisait pas. Elle voulait aussi voir ses parents âgés au Canada, probablement pour la dernière fois, avant de se rendre dans l'Ouest.

Si elle vendait son attelage de bœufs, elle aurait assez d'argent pour rendre visite à ses parents et réserver une place pour sa famille sur un navire en partance pour la côte californienne, échappant ainsi complètement à la traversée du continent.

Elle était presque résolue à aller au Canada, mais elle éprouvait comme un malaise. Elle décida d'évoquer, dans une lettre adressée à Brigham Young, ses inquiétudes sur la traversée du continent et son désir de voir ses parents.

Elle écrivit : « Si vous dites que l'expédition avec l'attelage de bœufs est la meilleure voie du salut, alors je m'y engagerai de tout mon cœur et de toutes mes forces, et je crois que je peux le supporter sans maugréer aussi longtemps que n'importe quelle autre femme². »





Peu de temps plus tard, un messager arrivait avec la réponse de Brigham. Il lui dit : « Allez, le salut par l'attelage de bœufs est la voie la plus sûre. Frère Pratt nous rejoindra dans le désert à l'endroit où nous nous établirons et il sera amèrement déçu si sa famille n'est pas avec nous. »

Louisa tint compte du conseil, rassembla son courage en vue du voyage difficile qui l'attendait et décida de suivre le corps principal des saints, à la vie ou à la mort³.

Ce printemps-là, les ouvriers s'empressèrent de terminer le temple avant sa consécration publique le 1^{er} mai. Ils installèrent un sol de briques autour des fonts baptismaux, posèrent des boiseries décoratives et peignirent les murs. Le travail se poursuivit toute la journée et souvent pendant la nuit. Du fait que l'Église disposait de peu d'argent pour rémunérer les ouvriers, beaucoup sacrifièrent une partie de leur salaire pour veiller à ce que le temple soit prêt à être consacré au Seigneur⁴.

Deux jours avant la consécration, les ouvriers finirent de peindre la grande salle du premier étage. Le lendemain, ils balayèrent la poussière et les débris hors de la pièce et préparèrent la réunion. Ils ne purent mettre la touche finale à chaque pièce, mais ils savaient que cela n'empêcherait pas le Seigneur d'accepter le temple. Sûrs d'avoir exécuté son commandement, ils peignirent le long du mur est de la salle, au-dessus des chaises, les mots : « Le Seigneur a vu notre sacrifice⁵. »

Conscients de la dette qu'ils avaient envers les ouvriers, les dirigeants de l'Église annoncèrent que la première session de consécration serait une démarche de bienfaisance. Une somme d'un dollar fut demandée aux participants pour aider à rémunérer les ouvriers appauvris.

Le matin du 1^{er} mai, Elvira Stevens, quatorze ans, quitta le camp à l'ouest du Mississippi et traversa le fleuve pour assister à la consécration. Orpheline dont les parents étaient

décédés peu après l'arrivée de la famille à Nauvoo, Elvira vivait maintenant chez sa sœur mariée. Puisque personne d'autre de son camp ne pouvait l'accompagner à la consécration, elle s'y rendit seule.

Sachant qu'il pourrait se passer des années avant qu'un autre temple ne soit construit dans l'Ouest, les apôtres avaient administré la dotation à certains jeunes célibataires, notamment Elvira. Trois mois plus tard, elle gravit de nouveau les marches jusqu'aux portes du temple, donna son dollar et trouva une place dans la grande salle⁶.

La session commença par un chant interprété par le chœur. Orson Hyde offrit ensuite la prière de consécration. Il implora : « Fais que ton Esprit demeure ici et que tous puissent sentir par une influence sacrée dans leur cœur que sa main a participé à cette œuvre⁷. »

Elvira perçut une puissance céleste dans la pièce. Après la session, elle retourna au campement, mais revint deux jours plus tard pour la session suivante, espérant ressentir de nouveau la même puissance. Orson Hyde et Wilford Woodruff firent des discours sur l'œuvre du temple, la prêtrise et la résurrection. Avant de conclure la réunion, Wilford félicita les saints d'avoir achevé le temple bien qu'ils dussent l'abandonner.

Il dit : « Des milliers de saints y ont reçu leur dotation et la lumière ne s'éteindra pas. C'est une gloire suffisante pour justifier la construction du temple. »

Après la session, Elvira retourna à son campement, franchissant le fleuve une dernière fois⁸. Entre-temps, les saints de Nauvoo passèrent le reste de la journée et la nuit à emballer les affaires et à vider le temple des chaises, des tables et du reste du mobilier, puis ils le laissèrent entre les mains du Seigneur⁹.

Plus loin sur la piste, Brigham et le Camp d'Israël firent halte à un endroit appelé Mosquito Creek, non loin du

Missouri. Ils étaient affamés, avaient deux mois de retard et étaient désespérément pauvres¹⁰. Brigham insistait encore pour envoyer le convoi d'avant-garde au-delà des montagnes Rocheuses. Il croyait qu'un groupe de saints devait terminer le voyage cette saison, car tant que l'Église errait sans foyer, ses ennemis essaieraient de la disperser ou de lui bloquer le passage¹¹.

Il savait pourtant qu'équiper un tel groupe grèverait les ressources des saints. Peu de personnes disposaient d'argent ou de provisions dont elles pouvaient se passer et les possibilités de trouver du travail rémunéré en Iowa étaient limitées. Pour survivre sur la prairie, de nombreux saints avaient vendu des biens précieux le long de la piste ou occupé divers emplois pour gagner de l'argent pour de la nourriture et du matériel. Au fur et à mesure que le camp avançait vers l'ouest et que les colonies étaient plus clairsemées, ces occasions se feraient de plus en plus rares¹².

Brigham avait aussi d'autres préoccupations. Les saints qui n'appartenaient pas au convoi d'avant-garde avaient besoin d'un endroit où passer l'hiver. Les Omahas et d'autres peuples indigènes qui habitaient à l'ouest du Missouri étaient disposés à laisser les saints camper là pendant l'hiver, mais les agents du gouvernement hésitaient à leur permettre de s'installer pendant une longue période sur des terres indiennes protégées¹³.

Brigham savait aussi que les saints malades et appauvris de Nauvoo comptaient sur l'Église pour les emmener dans l'Ouest. Pendant un certain temps, il avait espéré les aider en vendant des propriétés de valeur à Nauvoo, dont le temple. Mais jusque-là, cet effort était resté sans résultat¹⁴.

Le 29 juin, Brigham apprit que trois officiers de l'armée des États-Unis arrivaient à Mosquito Creek. Les États-Unis avaient déclaré la guerre au Mexique et James Polk, le président, avait autorisé les hommes à recruter un bataillon de cinq cents saints pour une campagne militaire sur la côte californienne¹⁵. ■

*Vous trouverez le reste du chapitre sur le site saints.ChurchofJesusChrist.org/fra ou dans la version numérique de cet article dans *Le Liahona d'août* sur la Bibliothèque de l'Évangile ou sur le site liahona.ChurchofJesusChrist.org.*

Le mot Sujet dans les notes indique qu'il existe des renseignements complémentaires sur le site saints.ChurchofJesusChrist.org/fra.

NOTES

1. Louisa Barnes Pratt à Brigham Young, 24 mars 1846 ; Brigham Young à Addison Pratt, 28 août 1845, Brigham Young Office Files, Bibliothèque

- d'histoire de l'Église ; voir aussi *Les saints*, tome 1, chapitre 41. **Sujet** : Louisa Barnes Pratt
2. Louisa Barnes Pratt à Brigham Young, 24 mars 1846, Brigham Young Office Files, Bibliothèque d'histoire de l'Église ; Louisa Barnes Pratt, *Journal and Autobiography*, p. 127.
3. Louisa Barnes Pratt, *Journal and Autobiography*, p. 127.
4. Mendenhall, *Diary*, 1-4 avril 1846 ; Samuel W. Richards, *Journal*, 22-29 avril 1846 ; Haight, *Journal*, 6 avril 1846 ; Morris, *Autobiography*, p. 40-41.
5. Samuel W. Richards, *Journal*, 23 et 29-30 avril 1846 ; Brigham Young, dans *Journal of Discourses*, 1^{er} janvier 1877, 18:304 ; Lanman, *Summer in the Wilderness*, p. 31-33.
6. Barney, « Ruins of the Nauvoo Temple » ; *JSP*, CFM:525, note 71.
7. Historian's Office, *General Church Minutes*, Thomas Bullock booklet n° 8, 1^{er} mai 1846.
8. Barney, « Ruins of the Nauvoo Temple » ; Historian's Office, *History of the Church*, volume 15, [1^{er}] mai 1846, p. 34 ; Scott, *Journal*, 1^{er} mai 1846 ; Woodruff, *Journal*, 1 et 3 mai 1846.
9. Holzappel et Cottle, « Visit to Nauvoo », p. 11. **Sujet** : Temple de Nauvoo
10. Bennett, *Mormons at the Missouri*, p. 45. **Sujet** : Piste des pionniers
11. Historian's Office, *History of the Church*, volume 15, 28 juin 1846, p. 87-89 ; Brigham Young à William Huntington et Council, 28 juin 1846, Brigham Young Office Files, Bibliothèque d'histoire de l'Église.
12. Orson Pratt, *Journal*, février 1846 ; 6 mars 1846 ; 19 juin 1846 ; voir aussi Bennett, *Mormons at the Missouri*, p. 32-33.
13. Brigham Young à William Huntington et Council, 28 juin 1846, Brigham Young Office Files, Bibliothèque d'histoire de l'Église.
14. « Conference Minutes », *Times and Seasons*, 1^{er} novembre 1845, 6:1011 ; Orson Pratt, *Journal*, 28-29 avril 1846 ; Brigham Young à Jesse Little, 20 janvier 1846 ; Jesse Little à James K. Polk, 1^{er} juin 1846, Jesse C. Little Collection, Bibliothèque d'histoire de l'Église.
15. Historian's Office, *History of the Church*, volume 15, 29-30 juin 1846, p. 89-90 ; Quaipe, *Diary of James K. Polk*, p. 444-450 ; Brigham Young à « the High Council of the Church », 14 août 1846, Brigham Young Office Files, Bibliothèque d'histoire de l'Église ; voir aussi Arrington, *Great Basin Kingdom*, p. 21. **Sujet** : Guerre américano-mexicaine



Près de cinq cents saints des derniers jours se sont portés volontaires pour servir dans l'armée américaine et aller en Californie. On les a appelés le Bataillon mormon.

Affectations des présidences d'interrégion.

La Première Présidence a annoncé que sept interrégions d'Amérique du Nord, seront réorganisées et regroupées en trois interrégions. Ce changement ainsi que les affectations des présidences d'interrégion suivantes prendront effet le 1^{er} août.

M. Russell Ballard, président suppléant du Collège des douze apôtres, a expliqué que les présidences d'interrégion se concentrent « sur les besoins précis de chaque région en instruisant et en guidant les dirigeants locaux et régionaux ». ■

Afrique du Sud-Est



Joseph W. Sitati
Premier conseiller

S. Mark Palmer
Président

Joni L. Koch
Deuxième conseiller

Afrique de l'Ouest



Edward Dube
Premier conseiller

Marcus B. Nash
Président

Hugo E. Martinez
Deuxième conseiller

Asie



Peter F. Meurs
Premier conseiller

David F. Evans
Président

David P. Homer
Deuxième conseiller

Asie du Nord



Takashi Wada
Premier conseiller

Yoon Hwan Choi
Président

L. Todd Budge
Deuxième conseiller

Brésil

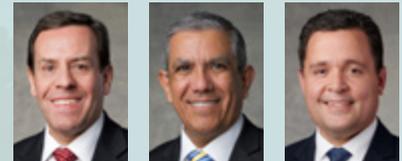


Adilson de Paula Parrella
Premier conseiller

Marcos A. Aidukaitis
Président

Joaquin E. Costa
Deuxième conseiller

Caraïbes

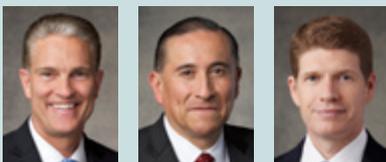


Eduardo Gavarret
Premier conseiller

José L. Alonso
Président

Jorge M. Alvarado
Deuxième conseiller

Amérique Centrale



Brian K. Taylor
Premier conseiller

Juan A. Uceda
Président

William R. Walker
Deuxième conseiller

Europe



Massimo De Feo
Premier conseiller

Gary B. Sabin
Président

Erich W. Kopischke
Deuxième conseiller

Europe de l'Est



Hans T. Boom
Premier conseiller

Christoffel Golden
Président

Alexey V. Samaykin*
Deuxième conseiller

Mexique



Rafael E. Pino
Premier conseiller



Arnulfo Valenzuela
Président



John C. Pingree, fils
Deuxième conseiller

Moyen-Orient/Afrique du Nord



Larry S. Kacher
Premier conseiller



Anthony D. Perkins
Président



Jeffrey H. Singer*
Deuxième conseiller

Dirigé du quartier général de l'Église

Centre de l'Amérique du Nord



Chi Hong (Sam) Wong
Premier conseiller



S. Gifford Nielsen
Président



Matthew L. Carpenter
Deuxième conseiller

Nord-Est de l'Amérique du Nord



Allen D. Haynie
Premier conseiller



Randall K. Bennett
Président



W. Mark Bassett
Deuxième conseiller

Sud-Est de l'Amérique du Nord



Vern P. Stanfill
Premier conseiller



James B. Martino
Président



Hugo Montoya
Deuxième conseiller

Sud-Ouest de l'Amérique du Nord



Adrián Ochoa
Premier conseiller



Paul B. Pieper
Président



Kyle S. McKay
Deuxième conseiller

Ouest de l'Amérique du Nord



Scott D. Whiting
Premier conseiller



Kevin W. Pearson
Président



Jörg Klebingat
Deuxième conseiller

Océanie



K. Brett Nattress
Premier conseiller



Ian S. Ardern
Président



Kazuhiko Yamashita
Deuxième conseiller

Philippines



Taniela B. Wakolo
Premier conseiller



Evan A. Schmutz
Président



Steven R. Bangerter
Deuxième conseiller

Nord-Ouest de l'Amérique du Sud



Jorge F. Zeballos
Premier conseiller



Enrique R. Falabella
Président



Mathias Held
Deuxième conseiller

Sud de l'Amérique du Sud



Mark A. Bragg
Premier conseiller



Benjamín De Hoyos
Président



Juan Pablo Villar
Deuxième conseiller

Utah



Randy D. Funk
Premier conseiller



Craig C. Christensen
Président



Walter F. González
Deuxième conseiller

* Soixante-dix d'interrégion

Réfléchir à votre véritable identité

Que voyez-vous quand vous regardez dans le miroir ?

Détaillez-vous ce qui vous déplaît dans votre apparence ? Vous flagellez-vous pour vos fautes ou vos faiblesses ? Voyez-vous le visage de quelqu'un qui vous critique ?

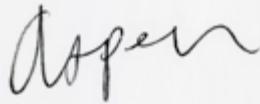
Où vous voyez-vous comme un enfant de Dieu ? Voyez-vous quelqu'un qui pense positivement et exprime de la reconnaissance en toute circonstance ? Voyez-vous le visage de quelqu'un qui fait preuve de compassion à votre égard ?

Lorsque nous comprenons qui nous sommes réellement, nous nous débarrassons de l'autocritique, du perfectionnisme et des attitudes culturelles nocives. Au lieu de nous concentrer sur notre reflet dans la glace, cherchons à refléter la lumière du Christ. Dans ce numéro, vous lirez des articles sur l'image corporelle et vous comprendrez mieux votre valeur personnelle. Je donne des idées à ce sujet tirées de vérités énoncées dans les Écritures et dans le temple (voir page 44). Dans un article en version numérique uniquement, Sandra Vanessa exprime sa reconnaissance pour son corps le long du parcours douloureux mais transformateur de la mise au monde d'un enfant.

À la page 48, Marcus raconte comment il s'est débarrassé d'une image corporelle négative et comment nous pouvons tous prendre conscience du fait que nous sommes en réalité « suffisamment bien » et que grâce à l'expiation de Jésus-Christ, nous pouvons tout surmonter.

En qualité de disciples du Christ, nous ne pouvons pas nous permettre d'être immobilisés par les philosophies toujours changeantes du monde sur la santé et l'apparence ni tomber dans l'extrême au nom de la bonne santé. Souvenez-vous : votre valeur ne dépend pas de vos mensurations. Votre valeur est inestimable, et elle vient de Dieu.

Fraternellement,
Aspen Stander



MEILLEUR CONSEIL...

Des jeunes adultes font part de leur meilleur conseil pour améliorer son image corporelle :

« Prête attention à ce que Dieu pense de toi, pas les autres ! J'essaie de me rappeler que ces idées viennent de Satan parce qu'il n'a pas de corps. »

Lauren Appleby (Queensland, Australie)

« Prends le temps de tisser des liens avec le Christ. J'arrête de penser à moi. Concentre-toi sur les autres et sur la manière dont tu peux faire changer les choses dans le monde. »

Emily Speth (Utah, États-Unis)

« Je pense à tout ce que mon corps me permet de faire : porter un enfant, marcher, courir, jouer, chanter et aider les autres. »

Blythe Brady (Utah, États-Unis)

Quel est le meilleur conseil que vous ayez jamais reçu pour vaincre la dépendance, même à des choses telles que les smartphones et les jeux vidéo ? Envoyez votre réponse à liahona.lds.org avant le 31 août 2019.

RACONTEZ VOTRE HISTOIRE

Avez-vous une histoire extraordinaire à raconter ? Ou bien voulez-vous voir publiés des articles sur certains sujets ? Si oui, faites-le nous savoir ! Envoyez vos articles ou vos commentaires à liahona.lds.org.

À PROPOS DES AUTEURS

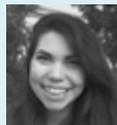
Aspen Stander est rédactrice et occasionnellement écrivain, et est une lectrice avide. Elle aime faire de la randonnée, voyager, manger du chocolat et jouer du piano.



Marcus Paiz est recruteur pour une entreprise de technologie en démarrage. Il aime faire de l'exercice, chanter et passer du temps avec sa femme, Sarah, et leurs trois chats. Il a été missionnaire à plein temps à Mesa (Arizona, États-Unis).



Sandra Vanessa Vargas-Corvalan vient de Mexico (Mexique). Elle a fait une mission à Charlotte (Caroline du Nord, États-Unis). Elle est vidéaste Web, aime aider les jeunes mamans, faire du yoga, peindre et passer du temps avec son mari, Miqueas, et leur fille Sofia.



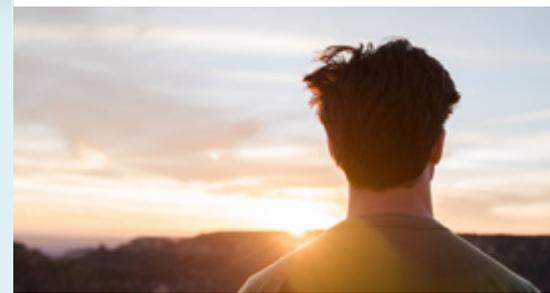
Aubrey Johnson a la joie d'être mariée à l'amour de sa vie et aime sa famille. Elle aime aider les autres à se réjouir de la vie réelle et à travers son compte Instagram !



DANS CETTE SECTION

44 **Créés à son image**
Par Aspen Stander

48 **Se sentir « suffisamment bien » : trois façons de se débarrasser d'une image de soi négative**
Par Marcus Paiz



VERSION NUMÉRIQUE UNIQUEMENT

Pourquoi suis-je reconnaissante de mon corps après ma grossesse ?

Par Sandra Vanessa Vargas-Corvalan

Trouver de la joie en soi
Par Aubrey Johnson



Découvrez ces articles et davantage :

- Sur le site liahona.lds.org
- Dans **JA Hebdo** (à la rubrique « Jeunes adultes » dans l'application Bibliothèque de l'Évangile)
- Sur facebook.com/liahona

Créés à son image

Notre corps n'a pas été créé pour être exhibé, admiré ou jugé selon des critères subjectifs de beauté. Il a été créé afin que nous ayons la vie éternelle.



Aspen Stander

Magazines de l'Église

À l'ère du numérique, nous sommes bombardés de messages selon lesquels notre corps n'est pas assez bien s'il ne fait pas une certaine taille et n'a pas une certaine forme. Certaines publications sur les réseaux sociaux laissent entendre qu'il faut se nourrir uniquement de smoothies aux légumes verts bio et courir quinze kilomètres par jour pour sculpter un corps « parfait » et être ainsi adoré tant par ses amis et sa famille que par des inconnus.

Beaucoup d'entre nous ont honte de ce qu'ils perçoivent comme des imperfections physique. Nous avons le sentiment que, puisque nous ne sommes pas parfaits, puisque nous ne ressemblons pas à un modèle d'Instagram, nous ne sommes pas dignes d'amour et d'acceptation.

Rien n'est plus éloigné de la vérité. Notre corps est un don de Dieu. Il n'a pas été créé pour être exhibé, admiré ou jugé selon des critères subjectifs de beauté. Il a été créé afin que nous ayons la vie éternelle.

Vérités divines

Dans la vie prémortelle, notre Père céleste a présenté son plan du salut aux esprits dans les cieux. Selon ce plan, nous recevions un corps afin de faire l'expérience de la condition mortelle. Revêtus de celui-ci, nous utiliserions notre libre arbitre pour apprendre l'Évangile et recevoir les ordonnances nous permettant de retourner vivre avec lui en tant qu'êtres ressuscités.

Pour mettre le plan en œuvre, « Dieu créa l'homme à son image, il le créa à l'image de Dieu, il créa l'homme et la femme » (Genèse 1:27). Étant donné que notre Père céleste a un corps de chair et d'os (voir Doctrine et Alliances 130:22), celui que nous recevons nous permet potentiellement de devenir semblable à lui. Le corps physique n'est pas un simple récipient peu pratique pour notre esprit. Il est nécessaire à notre salut et à notre exaltation.

Nous ne sommes pas appelés à faire un certain poids ou à nous conformer aux idéaux de beauté d'une certaine société. Nous sommes appelés à servir Dieu et à devenir davantage semblables à Jésus-Christ. Nous sommes appelés à proclamer l'Évangile, à élever des enfants justes pour le Seigneur et à suivre le chemin des alliances afin de retourner auprès de notre Père céleste.

Les mensonges de Satan

Si avoir un corps est une si grande bénédiction, pourquoi tant de personnes ont-elles du mal à accepter leur image corporelle ou sont-elles aussi obsédées par leur aspect physique ? Pourquoi tant de personnes regardent-elles leur corps avec dégoût et non avec l'amour et le soin avec lesquels il a été créé ?

Notre corps est un privilège et un don. Peut-être que l'une des raisons pour lesquelles Satan nous amène à ne pas aimer notre corps ou à ne pas en être reconnaissants est qu'il n'en a pas. Il a rejeté le plan du salut et a été chassé des cieux, privé à tout jamais de connaître les grandes joies ou les grandes souffrances de la condition mortelle. Il peut nous inciter à croire que notre corps n'est pas suffisamment bien, que nous devons prendre des mesures dangereuses ou extrêmes pour satisfaire aux critères de « beauté » du monde. Lorsque nous croyons que nous devons être d'une beauté irréprochable pour être dignes d'amour, notre vision est déformée et l'adversaire peut nous susurrer des pensées d'incompétence, d'inutilité et de dégoût de soi.

Satan veut nous faire oublier que nous sommes créés à l'image de nos parents célestes et que notre valeur éternelle ne dépend pas de notre apparence. L'adversaire sait que, si nous sommes obnubilés par notre corps, notre attention est détournée des sujets les plus importants : nos valeurs, nos rapports avec les autres et avec Dieu. L'adversaire veut que

nous soyons tellement préoccupés par notre aspect ou notre poids que nous en oublions l'œuvre que nous avons été appelés à accomplir pour promouvoir le plan du bonheur.

Dotés de pouvoir

Notre corps est un don de Dieu et il est indispensable à notre progression sur le chemin des alliances. Comprendre qu'avoir un corps est un privilège qui a été refusé aux personnes qui ont choisi de suivre le plan de Lucifer et non celui de notre Père céleste et de Jésus-Christ nous donne une force immense. Nous avons besoin de notre corps pour recevoir les ordonnances du temple, où nous apprenons aussi de belles vérités sur la raison d'être et le potentiel de celui-ci. Notre participation physique aux ordonnances de la prêtrise est nécessaire pour nous préparer à la vie éternelle. C'est la raison pour laquelle nous devons accomplir l'œuvre du temple pour les morts, dont l'esprit est actuellement séparé de leur corps. Ils ne peuvent pas le faire eux-mêmes.

La prise de conscience qu'un corps est un véritable privilège peut

réduire les insécurités et les remplacer par de la reconnaissance.

Une magnifique réunion

Un jour, chacun de nous mourra. Notre corps sera temporairement séparé de notre esprit jusqu'à la résurrection. Lorsque nous ressusciterons, chaque membre, jointure et cheveu de notre corps physique « sera restitué à sa forme propre et parfaite » (Alma 40:23). J'imagine que ce sera une magnifique réunion lorsque nous toucherons, goûterons, sentirons, entendrons et verrons avec une force et une vigueur renouvelées. Je m'imagine m'avançant vers les membres de ma famille les bras tendus pour les serrer contre moi. Je ne m'imagine *pas* en train de m'inquiéter des vergetures occasionnées par ma dernière poussée de croissance



ou des bourrelets de graisse de mon abdomen. Ces choses auront disparu. J'imagine que nous pourrions nous voir nous-mêmes et voir les autres comme le Sauveur nous voit et, dans notre corps, nous serons réunis avec Dieu (voir 2 Néphi 9:4).

Notre corps nous a été donné afin de nous permettre de remplir la mesure de notre création et de recevoir une couronne de gloire dans la présence de Dieu le Père (voir Doctrine et Alliances 88:19). Cela est rendu possible par l'expiation et la résurrection de Jésus-Christ, qui nous rachète de la mort et du péché. Si nous utilisons notre corps pour accomplir l'œuvre que nous avons été appelés à accomplir, au lieu d'être obnubilés par notre aspect physique, nous serons plus aptes à atteindre tout notre potentiel dans cette vie et dans la suivante. ■

ASTUCES POUR AMÉLIORER L'IMAGE QUE L'ON A DE SON CORPS

1. **Exercez-vous à la reconnaissance.** Chaque fois que vous vous surprenez en train de penser ou de dire quelque chose de négatif à propos de votre corps, pensez à tout ce qu'il vous permet de faire. Vos bras vous permettent de jouer au basket, d'êtreindre un ami qui passe une mauvaise journée, de bercer un nouveau-né. Vos jambes vous donnent la force de marcher, danser, courir, faire des roulades et vous agenouiller en prière. Vos poumons se gonflent et se contractent sans heurt à chaque inspiration pour distribuer l'oxygène aux cellules de votre corps. Votre cœur bat pour soutenir la vie et votre cerveau fonctionne à la vitesse de l'éclair pour vous maintenir dans un état de conscience. En réfléchissant au miracle qu'est votre corps, comment exprimerez-vous davantage cette reconnaissance ?
2. **Faites preuve de compassion.** Le premier et le second grands commandements sont d'aimer Dieu et d'aimer son prochain comme soi-même (voir Matthieu 22:37-39). Nous savons que nous devons faire preuve de compassion envers les autres, mais avons-nous véritablement réfléchi à ce que signifie aimer son prochain comme soi-même ? Cela nous demande d'abord de nous aimer nous-mêmes. Vous moqueriez-vous d'un ami ou d'un membre de votre famille parce qu'il est trop gros, trop maigre, trop petit ou trop ridé ? Bien sûr que non ! Alors faites preuve de la même compassion à votre égard.
3. **Prenez soin de vous.** Mangez chaque jour des aliments qui nourrissent à la fois l'esprit et le corps et fournissent suffisamment d'énergie. Faites de l'exercice physique, cela vous procurera du bien-être et vous aidera à mesurer à sa juste valeur le don qu'est votre corps physique. Trouvez des moyens sains de gérer le stress et veillez à faire des pauses pour respirer et vous détendre. Cela peut être difficile parfois mais l'une des manières les plus importantes de prendre soin de votre corps est de dormir suffisamment !
4. **Allez au temple.** C'est dans les ordonnances du temple que l'importance de notre corps physique est la plus évidente. Des bénédictions spirituelles et physiques nous sont promises lorsque nous accomplissons ces ordonnances pour nous-mêmes, et elles nous sont rappelées lorsque nous les recevons en faveur des habitants du monde des esprits.



Se sentir « suffisamment bien » : trois façons de se débarrasser d'une image de soi négative

La dépression et l'anxiété m'ont fait sombrer dans une mauvaise santé physique et une image de moi encore pire. Mais trois choses m'ont aidé à m'aimer de nouveau.

Par Marcus Paiz

« **T**u n'es pas assez bien. »
Ce sont les mots accrochés sur un mur de mon sous-sol. Il y a une petite salle où je fais des exercices et, lorsque des pensées négatives me viennent à l'esprit, je les note et je les épingle sur un tableau. C'est un rappel des difficultés que j'ai traversées et de mon ancienne manière d'être que je suis en train d'abandonner.

Pendant longtemps je me suis dit que je n'étais pas assez bien. J'étais submergé par la dépression et l'anxiété qui à leur tour nuisaient à ma santé physique. Je me noyais. Je me sentais nul. J'étais désespéré. Je croyais ne pas être digne de l'amour de Dieu ni de celui de quiconque.

Beaucoup d'entre nous, jeunes adultes, connaissent des moments où ils ne se trouvent pas suffisamment bien, en ce qui concerne leur comportement, leurs talents, ou, c'est mon cas, leur image de soi. Récemment, je me suis lancé le défi d'ouvrir et

d'épousseter les pages les plus occultes de mon livre de vie. Durant mon exploration, j'ai trouvé quelques éléments qui ont favorisé l'image négative que je gardais en moi depuis si longtemps. Mais j'ai aussi découvert trois façons de m'en débarrasser.

1. Supprimer les comparaisons

Un jour, j'ai lu une citation de Theodore Roosevelt qui disait : « La comparaison est le voleur de la joie. » Dans un monde où chacun raconte librement sa vie sur les réseaux sociaux, je me sentais constamment influencé par des comparaisons irréalistes avec des amis, des membres de ma famille ou des personnalités éminentes. Mes défauts les plus flagrants étaient mis en parallèle avec les plus grands accomplissements de quelqu'un d'autre, ce qui me donnait souvent le sentiment de ne pas être à la hauteur. Dans cette période d'introspection négative, je me suis rendu compte que je devais changer ma façon de penser.



Je me suis coupé de tous les réseaux sociaux et j'ai commencé à travailler sur ma pensée positive et à tâcher de voir le meilleur chez les autres. En peu de temps, mes pensées ont commencé à changer. J'ai vite cessé de comparer mes points négatifs aux points positifs des autres comme je l'avais si souvent fait. En fait, j'ai commencé à me réjouir secrètement de la réussite des autres ! Cet exercice a instantanément fait fondre le mur d'orgueil et de jalousie que j'avais construit au fil du temps. Cela m'a donné un esprit clair et la faculté de voir les choses d'un point de vue éternel.

2. Se conformer à la volonté de Dieu

Notre expérience ici-bas est parfois assombrie par la prise de conscience pénible que nous sommes des êtres mortels et imparfaits. Ma façon négative de me voir et de voir mon corps avait fini par affecter tous les aspects de ma vie. Lorsque je sentais le poids

de mes imperfections augmenter, j'avais recours à des comportements destructeurs au lieu de me tourner vers le Seigneur. Ces comportements créaient des sentiments d'imperfection si lourds par moment que je trouvais que la vie ne valait pas la peine d'être vécue. En fin de compte, ma seule issue était le Seigneur. Grâce à l'humilité et au repentir, j'ai fait l'effort de lire plus régulièrement les paroles des prophètes et de prier pour percevoir ce qui m'entourait avec des yeux célestes.

Aucune épreuve n'est trop grande si nous nous tournons vers le Seigneur et acceptons sa volonté, quelle que soit l'issue. Par contre, les épreuves tendent à nous paraître plus lourdes lorsque nous essayons d'imposer notre volonté au Seigneur. En acceptant la sienne, j'ai accédé à un plus haut degré de clarté et j'ai découvert que j'avais de la valeur au lieu de me trouver continuellement incompetent.

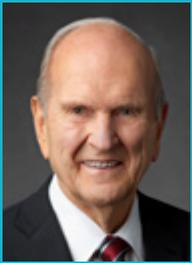
3. Cultiver l'amour parfait

Dans Moroni 8:16, on nous dit : « L'amour parfait bannit la crainte. » L'amour parfait est l'outil le plus puissant à notre disposition lorsque nous nous regardons dans le miroir et mesurons notre valeur éternelle et celle de notre entourage. Cela consiste à nous voir pour ce que nous sommes au lieu d'examiner nos défauts au microscope. Cela ne dépend pas de notre aspect extérieur. Cet amour implique que nous nous pardonions et pardonnions aux autres les erreurs passées et avançons les yeux rivés sur la lumière de la gloire éternelle.

J'ai découvert que je ne pouvais pas simplement tenter d'aimer ; je devais laisser cet amour me consumer et devenir partie intégrante de ce que je suis. Dans l'amour parfait, nous trouvons la véritable nature de Dieu et, par extension, notre propre nature divine, et le chemin qu'il a créé pour nous.

Mon parcours pour améliorer ma santé mentale, physique et spirituelle a affermi ma foi au calendrier de Dieu et en son amour éternel pour moi. Par moments, je suis tombé bien bas mais, lorsque j'ai cessé de me comparer aux autres, que j'ai conformé ma volonté à celle de Dieu et que j'ai appris à m'aimer vraiment, l'image de ma destinée éternelle s'est précisée et j'ai trouvé la paix. L'amour de Dieu est infiniment puissant. Si nous ralentissons et prenons le temps de le découvrir, il nous montrera que nous sommes suffisamment bien, même dans nos moments de plus grande faiblesse. ■

L'auteur vit en Utah (États-Unis).



Par Russell M.
Nelson

VOTRE CORPS : *un don magnifique à chérir*

Votre corps est une création magnifique de Dieu.

Plus j'avance en âge, plus j'acquiers de connaissance. Celle-ci me permet de comprendre que le don de notre corps physique est un miracle extraordinaire. Notre Père céleste aimant a donné à chacun d'entre nous un corps unique. Il l'a créé comme tabernacle pour notre esprit, afin de nous aider à remplir la pleine mesure de notre création. Notre corps nous permet de faire l'expérience du grand plan du salut qu'il a conçu pour tous ses précieux enfants. Il veut que nous devenions un jour plus semblables à lui et retournions vivre avec lui. Pour que cette grande bénédiction soit possible, il faut d'abord que nous recevions un corps physique dans cet état probatoire.

Dieu, le Père de notre esprit¹, a un corps de chair et d'os glorifié et rendu parfait². Nous vivions avec lui dans les cieus avant notre naissance³. Quand il nous a créés physiquement, c'était à son image, chacun avec son propre corps mortel⁴.

Nous faisons partie de son dessein divin. Il a dit que son œuvre et sa gloire sont de réaliser l'immortalité et la vie éternelle de l'homme⁵.



DANS CETTE SECTION

- 50** **Votre corps : un don magnifique à chérir**
Par Russell M. Nelson
- 56** **Qu'est-ce que la loi de chasteté ?**
Par Joshua J. Perkey
- 58** **Des choses admirables que le corps peut faire**
- 60** **La Parole de Sagesse : ce qu'elle est et ce qu'elle n'est pas**
- 62** **Questions et réponses : Que faire si je n'aime pas mon corps ?**
- 64** **Le dernier mot : Respecter le don qu'est notre corps**
Par D. Todd Christofferson

NOUS SOMMES DES ENTITÉS DOUBLES

Chaque âme est composée d'un corps et d'un esprit⁶, émanant tous deux de Dieu. La compréhension correcte et sûre du corps et de l'esprit orientera de manière bénéfique nos pensées et nos actes.

Avant de vivre ici-bas, chaque fils et fille d'esprit vivaient avec Dieu. L'esprit est éternel ; il existait dans l'innocence dans le royaume prémortel⁷ et existera après la mort du corps⁸. L'esprit fournit au corps la vie et la personnalité⁹. « Tout esprit est matière, mais il est plus raffiné ou plus pur¹⁰. »

Le développement de l'esprit a des conséquences éternelles. Les qualités en fonction desquelles nous serons jugés un jour sont celles de l'esprit¹¹. Mentionnons, entre autres, la vertu, l'intégrité, la compassion et l'amour¹². Votre esprit, étant abrité par votre corps, est capable de cultiver et d'exprimer ces qualités de façons essentielles pour votre progression éternelle¹³.

L'esprit et le corps, lorsqu'ils sont réunis, deviennent une âme vivante d'une valeur divine. « L'esprit et le corps sont l'âme de l'homme¹⁴. » Tous deux sont d'une grande importance. Votre corps physique est une création magnifique de Dieu. C'est son temple, ainsi que le vôtre, et il doit être traité avec respect. Les Écritures déclarent :



« Ne savez-vous pas que votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous, que vous avez reçu de Dieu, et que vous ne vous appartenez point à vous-mêmes ?

« Car vous avez été rachetés à un grand prix. Glorifiez donc Dieu dans votre corps et dans votre esprit, qui appartiennent à Dieu¹⁵. »

Votre corps, quels que soient ses dons naturels, est une magnifique création de Dieu. C'est un tabernacle de chair, le temple de votre esprit. L'étude de votre corps témoigne de sa conception divine.

VOTRE CORPS EST UN DON MAGNIFIQUE

Le prodige qu'est notre corps physique est souvent ignoré ou sous-estimé. Qui n'a jamais manqué d'estime de soi du fait de son aspect physique ? Beaucoup de personnes aimeraient que leur corps leur plaise davantage. Celles qui ont naturellement les cheveux raides les veulent bouclés. D'autres qui les ont bouclés les veulent raides.

Méditez sur la magnificence de ce que vous voyez quand vous regardez dans le miroir. Ignorez les taches de rousseur, les cheveux indisciplinés ou les imperfections et regardez au-delà, regardez la vraie personne que vous êtes : un enfant de Dieu créé à son image.

Quand vous chantez « Je suis enfant de Dieu¹⁶ », pensez au don qu'il vous a fait d'un corps physique. Les nombreuses caractéristiques extraordinaires de votre corps témoignent de votre « nature divine¹⁷ ».

Chaque organe de votre corps est un don merveilleux de Dieu. L'œil a une lentille autofocus. Les nerfs et les muscles contrôlent les deux yeux pour créer une seule image en trois dimensions. Les yeux sont reliés au cerveau, qui enregistre ce qui est vu.

L'esprit et le corps, lorsqu'ils sont combinés, deviennent une âme vivante d'une valeur divine.



Ignorez les taches de rousseur, les cheveux indisciplinés ou les imperfections et regardez au-delà, regardez la vraie personne que vous êtes : un enfant de Dieu.

Votre cœur est une fabuleuse pompe¹⁸. Il possède quatre valvules délicates qui contrôlent la direction du flux sanguin. Ces valvules s'ouvrent et se ferment plus de cent mille fois par jour, soit trente-six millions de fois par an. De plus, à moins qu'elles soient endommagées par la maladie, elles peuvent résister à un tel rythme presque indéfiniment.

Pensez au système de défense du corps. Pour le protéger, il perçoit la douleur. En réaction à l'infection, il produit des anti-corps. La peau apporte une protection. Elle nous avertit des lésions que la chaleur ou le froid excessif peut causer.

Le corps renouvelle ses vieilles cellules. Il peut guérir ses coupures, ses ecchymoses et ses os cassés. Sa capacité de reproduction est un autre don sacré de Dieu.

Le corps régule continuellement le niveau d'innombrables ingrédients tels que le sel, l'eau, le sucre, les protéines, l'oxygène et le dioxyde de carbone. Ces régulations sont effectués sans même que nous soyons conscients de leur réalité étonnante.

Notez ceci : Il n'est pas nécessaire d'avoir un corps parfait pour atteindre une destinée divine. En fait, certains des esprits les plus beaux habitent des corps fragiles. Les personnes qui ont des problèmes physiques acquièrent souvent une grande force spirituelle, précisément parce qu'elles sont mises à l'épreuve. Ces personnes ont droit à toutes les bénédictions

que Dieu a en réserve pour ses enfants fidèles et obéissants¹⁹.

Chaque vie ici-bas se termine par la mort. Finalement, le jour viendra où pour tous « l'esprit et le corps seront de nouveau réunis sous une forme parfaite ; membres et jointures seront rendus à leur forme propre²⁰ ». Alors, grâce à Jésus-Christ et à son expiation, nous pourrions devenir parfaits en lui²¹. Quiconque étudie le fonctionnement du corps humain a bel et bien « vu Dieu se mouvoir dans sa majesté et sa puissance²² ».

NOTRE ESPRIT DOIT DOMINER NOTRE CORPS

Aussi remarquable que soit votre corps, sa raison d'être primordiale, comme nous l'avons dit, est plus importante encore : servir de demeure à votre esprit éternel.

Votre esprit a acquis votre corps et est devenu une âme vivante pour vivre la condition mortelle et les épreuves qui lui sont associées. Une partie de ces épreuves sert à déterminer si les appétits de votre corps peuvent être maîtrisés par l'esprit qui demeure en lui.

Quand nous comprenons notre nature et notre objectif sur terre, et le fait que notre corps est un temple physique de Dieu, nous prenons conscience que c'est un sacrilège de laisser pénétrer dans notre corps quoi que ce soit qui pourrait le souiller. Il est tout à fait irrespectueux de même laisser le

regard ou les capteurs du toucher ou de l'ouïe approvisionner notre cerveau en souvenirs impurs ou indignes. Nous devons chérir notre chasteté et éviter les « désirs insensés et pervers qui [nous] plongent dans la ruine et la perte²³ ». Nous devons « fui[r] ces choses, et recherche[r] la justice, la piété, la foi, la charité, la patience [et] la douceur²⁴ », ces traits qui édifient l'âme toute entière.

Les substances telles que l'alcool, le tabac et la drogue sont interdites par le Seigneur. Nous avons également été mis en garde contre les maux de la pornographie et des pensées impures. Les appétits pour ces forces dégradantes peuvent créer une dépendance. Avec le temps, les dépendances physiques ou mentales asservissent *aussi bien* le corps que l'esprit. Il faut se repentir de ces entraves dans cette vie, pendant que l'on a encore l'aide du corps mortel pour acquérir la maîtrise de soi.

Notre Créateur a mis des appétits dans notre corps pour perpétuer la race humaine et mener à bien son grand plan du bonheur. Ainsi, nous avons de l'appétit pour la nourriture, l'eau et l'amour.

Satan connaît la puissance de nos appétits. C'est la raison pour laquelle il nous incite à manger ce que nous ne devrions pas manger, à boire ce que nous ne devrions pas boire et

à souiller les expressions les plus intimes de l'amour en les employant en dehors des liens du mariage.

Quand nous connaissons véritablement notre nature divine, nous voulons maîtriser nos appétits. Et nous fixons les yeux sur des images, les oreilles sur des sons, et notre esprit sur des pensées qui rendent hommage à la création de notre corps en tant que temple de Dieu. Dans la prière quotidienne, nous reconnaissons avec gratitude qu'il est notre Créateur et le remercions de la magnificence de notre temple physique. Nous en prenons soin et nous le chérissons comme un don que Dieu nous a fait.

SUIVRE LE SAUVEUR

Pour atteindre votre destinée la plus élevée, prenez exemple sur le Sauveur. Il a proclamé : « Quelle sorte d'hommes devriez-vous être ? [...] Tels que je suis²⁵. » Notre objectif le plus ambitieux est de progresser en esprit et d'atteindre « la stature parfaite de Christ²⁶ ».

Souvenez-vous qu'aucune saison de la vie n'est exempte de tentations, d'épreuves ou de tourments spirituels ou physiques. Mais si, à l'aide de la prière, vous cultivez la maîtrise de soi, les désirs de la chair seront soumis à votre contrôle

[Nous nous concentrerons] sur des pensées qui rendent hommage à la création de notre corps en tant que temple de Dieu.



***Aussi formidable que soit
notre corps, il n'est pas une fin
en soi. Il est un élément essen-
tiel du grand plan du
bonheur conçu par Dieu.***

spirituel. Et, lorsque vous aurez atteint ce stade, vous aurez la force de vous soumettre à la volonté de votre Père céleste. N'oubliez pas que Jésus a dit : « Toutefois, non pas ce que je veux, mais ce que tu veux²⁷. »

Quand des épreuves vous accableront, ce qui ne manquera pas d'arriver, souvenez-vous de cette glorieuse promesse du Sauveur : « Celui qui vaincra, je le ferai asseoir avec moi sur mon trône, comme moi j'ai vaincu et me suis assis avec mon Père sur son trône²⁸. »

Puissions-nous toujours être reconnaissants de la bénédiction incroyable de posséder un corps physique magnifique, la création suprême de notre Père céleste aimant. Aussi formidable que soit notre corps, il n'est pas une fin en soi. Il est un élément essentiel du grand plan du bonheur conçu par Dieu pour notre progression éternelle. Si nous l'honorons comme Dieu l'a ordonné, nous resterons sur ce « sentier étroit et resserré qui conduit à la vie éternelle²⁹. »



Jésus-Christ est notre grand exemple. Moi, son témoin spécial, je déclare qu'il est le Fils de Dieu. « Il est la vie et la lumière du monde³⁰. »

Nous sommes fils et filles du Dieu tout-puissant. Il est notre Père. Nous sommes ses enfants. Notre héritage divin est la magnificence du genre humain. Notre héritage est sacré. Notre potentiel est illimité. Puissions-nous toujours honorer ses dons et cet héritage en tout ce que nous faisons et disons. ■

NOTES

1. Voir Actes 17:27-29.
2. Voir Doctrine et Alliances 130:22.
3. Voir Jérémie 1:4-5 ; Hébreux 12:9 ; Moïse 6:51 ; Abraham 3:22-23.
4. Voir Genèse 1:27 ; 2:7 ; 1 Corinthiens 15:44 ; Moïse 2:27 ; 3:7.
5. Voir Moïse 1:39.
6. Voir Doctrine et Alliances 88:15.
7. Voir Doctrine et Alliances 93:38.
8. Voir Alma 40:11 ; Abraham 3:18.
9. Voir Job 32:8.
10. Doctrine et Alliances 131:7.
11. C'est l'esprit, et non le corps, qui est l'élément actif et responsable de l'âme. Sans l'esprit, le corps est mort (voir Jacques 2:26). C'est donc l'esprit qui choisit entre le bien et le mal et qui sera tenu responsable des qualités et des défauts qu'il possédera au jugement final (voir Alma 41:3-7).
12. Tels que la foi, la vertu, la connaissance, la tempérance, la patience, la bonté fraternelle, la divinité, la charité, l'humilité et la diligence (voir Doctrine et Alliances 4:6).
13. Voir 2 Néphi 2:11-16, 21-26 ; Moroni 10:32-33.
14. Doctrine et Alliances 88:15.
15. 1 Corinthiens 6:19-20 ; voir aussi Doctrine et Alliances 93:35.
16. « Je suis enfant de Dieu », *Cantiques*, n° 193.
17. 2 Pierre 1:4.
18. Le cœur pompe environ sept mille cinq cents litres de sang par jour.
19. Voir Abraham 3:25-26.
20. Alma 11:43 ; voir aussi Écclésiaste 12:7 ; Alma 40:23 ; Doctrine et Alliances 138:17.
21. Voir Moroni 10:32.
22. Doctrine et Alliances 88:47.
23. 1 Timothée 6:9.
24. 1 Timothée 6:11. 1 Timothée 6:12 continue : « Combats le bon combat de la foi, saisis la vie éternelle. » C'est à nous de choisir.
25. 3 Néphi 27:27.
26. Éphésiens 4:13.
27. Luc 22:42.
28. Apocalypse 3:21.
29. 2 Néphi 31:18.
30. Alma 38:9 ; voir aussi Doctrine et Alliances 11:28.



**EXAMINONS AVEC
PRÉCISION CE
COMMANDEMENT
TRÈS SACRÉ.**



LA CHASTÉTÉ EST LA PURETÉ SEXUELLE

En termes les plus simples, respecter la loi de chasteté signifie n'avoir aucune relation sexuelle avant le mariage et être totalement fidèle à son conjoint après le mariage¹.

Mais la vertu et la chasteté ne se limitent pas au domaine des relations sexuelles. « Traitez les autres avec respect, non comme des objets servant à satisfaire des désirs sensuels et égoïstes. Avant le mariage, ne vous livrez pas à des baisers passionnés, ne vous couchez pas sur une autre personne et ne touchez pas les parties intimes et sacrées du corps d'une autre personne, que vous soyez habillé ou non. Ne faites rien qui éveille des pulsions sexuelles. Ne suscitez pas ces émotions dans votre propre corps². »

Remarquez que les principes du Seigneur ne changent pas simplement parce que deux personnes s'aiment beaucoup et consentent toutes les deux à se livrer à un certain comportement. Lorsque vous respectez les autres, le Seigneur et vous-même, vous respectez les commandements ; et cela veut dire aucune relation sexuelle ni éveil des pulsions sexuelles en dehors du mariage, point.

Le Seigneur prend cela très au sérieux. « Le prophète Alma a enseigné que les péchés sexuels sont plus graves que tous les autres à l'exception du meurtre et du reniement du Saint-Esprit (voir Alma 39:3-5)³. »

Si vous vous demandez encore ce qu'on entend par « baisers passionnés » et « éveil des pulsions sexuelles », parlez-en à vos parents, à votre évêque ou à un autre adulte de confiance. Une conversation avec eux vous aidera à distinguer les comportements corrects des comportements déplacés et vous pourrez mener une vie pure sexuellement.

Lorsque vous avez une décision à prendre, recherchez l'aide de l'Esprit. Priez régulièrement notre Père céleste. Si vous êtes en forme spirituellement, il vous sera beaucoup plus facile de faire de bons choix.

Si vous avez commis une transgression sexuelle, sollicitez l'aide de votre évêque et de vos parents, qui vous donneront la force et la paix pendant que vous vous repentez. Cette démarche peut ne pas être facile mais elle en vaut clairement la peine !

Qu'est-ce que **LA LOI DE CHASTÉTÉ?**

Par **Joshua J. Perkey**
Magazines de l'Église

Lorsque vous entendez l'expression « la loi de chasteté », savez-vous ce que cela veut dire ? Vous avez probablement entendu de nombreux messages contradictoires à ce sujet. Toutes sortes de médias, et parfois même vos amis et les membres de votre famille, ont des opinions différentes. Et le monde enseigne activement le contraire de ce que le Seigneur enseigne.

Alors que veut dire exactement la loi de chasteté ?

Le Seigneur appelle loi de chasteté le commandement de mener une vie de pureté sexuelle et de vertu.

Toujours pas totalement clair ? Et bien soyons un peu plus précis, avec l'aide de *Jeunes*, soyez forts.

La vertu et la chasteté ne se limitent pas au domaine des relations sexuelles. Elles sont aussi affaire de respect.

IL N'Y A PAS DE MAL À SE SENTIR ATTIRÉ PAR QUELQU'UN

Vous vous demandez peut-être s'il est mal de trouver quelqu'un attirant. Ne vous en inquiétez pas trop. C'est normal. Je ne blague pas !

Par contre, faites attention à vos pensées. Le Sauveur nous a mis en garde : « Quiconque regarde une femme [ou un homme] pour la [le] convoiter a déjà commis un adultère avec elle [ou lui] dans son cœur » (Matthieu 5:28). Cela signifie que vous devez maîtriser vos pensées et vos sentiments et ne pas laisser vos désirs prendre le dessus.

Voici une clé pour réussir : efforcez-vous de ne pas agir égoïstement. Ne convoitez pas quelqu'un, ne pensez pas à quelqu'un de façon inconvenante et ne faites rien qui éveille des pulsions sexuelles chez vous ou chez les autres⁴.

C'est la raison pour laquelle il est si important de ne pas s'adonner à la pornographie ni à d'autres médias avilissants. Ces choses sont toujours égoïstes, chassent toujours l'Esprit et vous tentent toujours de faire ce que vous ne devez pas.

Mais cela ne veut pas dire qu'avoir des sentiments pour quelqu'un ou se sentir attiré par quelqu'un fait de vous une mauvaise personne. En fait, cela fait partie du plan de Dieu et du mariage. Le mari et la femme qui ont une relation saine sont très attirés l'un par l'autre et désirent se rendre service et se faire du bien.

« Les relations sexuelles entre mari et femme sont belles et sacrées. Elles sont ordonnées de Dieu pour faire venir des enfants au monde et pour que mari et femme s'expriment leur amour⁵. »

LES RELATIONS SEXUELLES, au bon endroit et au bon moment

Les relations sexuelles au sein de votre futur mariage sont quelque chose dont vous pouvez vous réjouir d'avance. Elles sont sacrées et belles.

En vous efforçant de mener une vie pure et vertueuse, vous vous sentirez plus proches de l'influence du Saint-Esprit, vous aurez une meilleure opinion de vous et vous serez prêts pour les merveilleuses bénédictions que l'avenir vous réserve. ■

NOTES

1. Voir *Jeunes, soyez forts* (fascicule, 2011), p. 35.

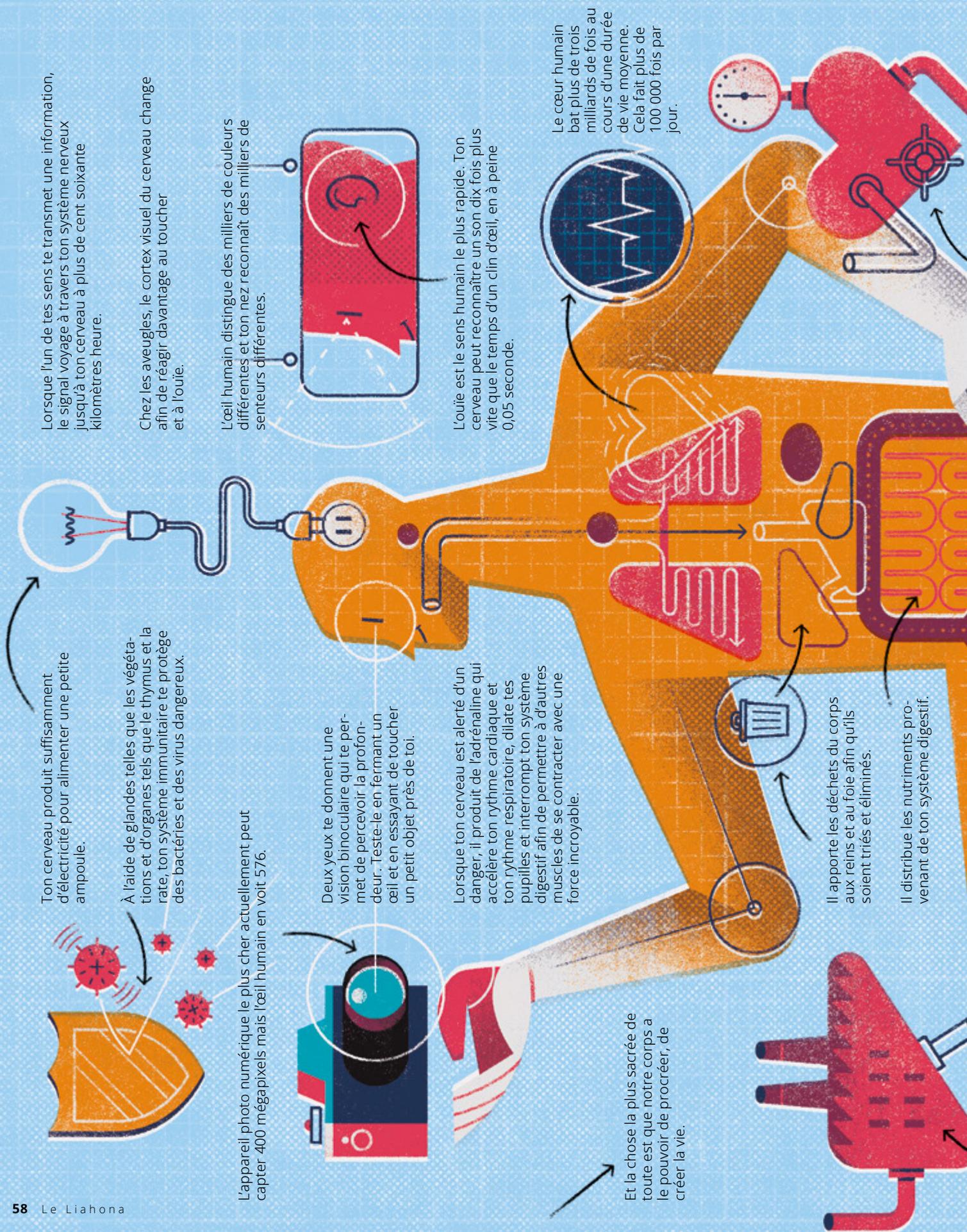
2. *Jeunes, soyez forts*, p. 36.

3. *Ancrés dans la foi, Manuel de référence sur l'Évangile*, 2004, p. 27.

4. Pour plus de précisions à ce sujet, lisez « L'amour, par opposition à la convoitise », *Le Liahona*, octobre 2016, p. 30-35.

5. *Jeunes, soyez forts*, p. 35, italiques ajoutés. Vous trouverez plusieurs discussions inspirantes sur les relations sexuelles au sein du mariage dans Wendy Watson Nelson, « L'amour et le mariage » (réunion spirituelle mondiale pour les Jeunes Adultes, 8 janvier 2017), broadcasts.lds.org ; Boyd K. Packer, « Le plan du bonheur », *Le Liahona*, mai 2015, p. 26-28 ; Jeffrey R. Holland, « La pureté personnelle », *L'Étoile*, janvier 1999, p. 89-92.





Ton cerveau produit suffisamment d'électricité pour alimenter une petite ampoule.

À l'aide de glandes telles que les végétations et d'organes tels que le thymus et la rate, ton système immunitaire te protège des bactéries et des virus dangereux.

L'appareil photo numérique le plus cher actuellement peut capter 400 mégapixels mais l'œil humain en voit 576.

Deux yeux te donnent une vision binoculaire qui te permet de percevoir la profondeur. Teste-le en fermant un œil et en essayant de toucher un petit objet près de toi.

Lorsque ton cerveau est alerté d'un danger, il produit de l'adrénaline qui accélère ton rythme cardiaque et ton rythme respiratoire, dilate tes pupilles et interrompt ton système digestif afin de permettre à d'autres muscles de se contracter avec une force incroyable.

Et la chose la plus sacrée de toute est que notre corps a le pouvoir de procréer, de créer la vie.

Lorsque l'un de tes sens te transmet une information, le signal voyage à travers ton système nerveux jusqu'à ton cerveau à plus de cent soixante kilomètres heure.

Chez les aveugles, le cortex visuel du cerveau change afin de réagir davantage au toucher et à l'ouïe.

L'œil humain distingue des milliers de couleurs différentes et ton nez reconnaît des milliers de senteurs différentes.

L'ouïe est le sens humain le plus rapide. Ton cerveau peut reconnaître un son dix fois plus vite que le temps d'un clin d'œil, en à peine 0,05 seconde.

Le cœur humain bat plus de trois milliards de fois au cours d'une durée de vie moyenne. Cela fait plus de 100 000 fois par jour.

Il apporte les déchets du corps aux reins et au foie afin qu'ils soient triés et éliminés.

Il distribue les nutriments provenant de ton système digestif.



Le foie se charge de plus de cinq cents processus différents. Il est tellement important que, si l'on ôte les deux tiers de son foie à une personne suite à un traumatisme ou à une opération chirurgicale, il repoussera et retrouvera sa taille d'origine en quatre semaines.

Les os cassés guérissent.

Les os du corps humain sont forts. Les vingt-six petits os de tes pieds transportent le poids de ton corps à chaque pas que tu fais.

« Notre corps physique est l'instrument de notre esprit. »

Boyd K. Packer (1924-2015), président du Collège des douze apôtres, *Let Not Your Heart Be Troubled*, 1991, p. 211.

Ton cœur pompe 5,5 litres de sang par minute. Donc, pour une longévité moyenne, il va pomper près de 240 millions de litres de sang, assez pour remplir deux cents wagons.

Le sang transporte l'oxygène des poumons aux autres organes. Il renvoie le dioxyde de carbone vers les poumons afin qu'il soit rejeté.

La peau sécrète des substances antibactériennes et sert de première ligne de défense contre les micro-organismes envahisseurs. La plupart des bactéries qui atterrissent sur la peau meurent rapidement.

Ta peau peut être greffée d'une partie de ton corps pour pousser sur une autre. C'est l'organe du corps humain le plus grand et il se renouvelle constamment.

CHOSSES STUPÉFÉRIANTES QUE LE CORPS PEUT FAIRE

Des pieds à la tête, le corps est une création stupéfiante. Grâce à lui, tu peux peindre, faire de la randonnée, jouer au football, faire du crochet, jouer de la flûte et bien d'autres activités agréables.

Comme le prophète l'explique à la page 50, « votre corps, quels que soient ses attributs naturels, est une magnifique création de Dieu. [...] Méditez sur la magnificence de ce que vous voyez quand vous regardez dans le miroir [...] un enfant de Dieu, créé par lui à son image. »



LA PAROLE *de* SAGESSE :

*ce qu'elle est et ce qu'elle
n'est pas*

Par la rédaction du *Liahona*



« Soyez différents du monde. Vous et moi savons que vous devez être une lumière pour le monde. Par conséquent, le Seigneur a besoin que votre apparence, votre langage, vos actes et votre tenue vestimentaire soient ceux d'un vrai disciple de Jésus-Christ. Oui, vous vivez dans le monde, mais vous avez des principes très différents de ceux du monde, pour vous aider à vous préserver de la souillure du monde. »

Russell M. Nelson, « Ô vaillants guerriers d'Israël », (réunion spirituelle mondiale pour les jeunes, 3 juin 2018), HopeofIsrael.Lds.org.

CE QU'EST LA PAROLE DE SAGESSE

Une loi de santé émanant du Seigneur pour notre protection physique et spirituelle.

ÉVITEZ :	SAVOUREZ :
Les boissons alcoolisées	Les fruits
Le tabac	Les légumes
Le thé ou le café	La viande (avec modération)
Les substances nocives ou qui créent une dépendance	Les céréales

Voir Doctrine et Alliances 89. Voir aussi le sujet de l'Évangile Parole de Sagesse à la page topics.lds.org.

CE QUE N'EST PAS LA PAROLE DE SAGESSE

Boyd K. Packer (1924-2015), président du Collège des douze apôtres, a enseigné ce que n'est pas la Parole de Sagesse :

1.

Une garantie que vous serez toujours en bonne santé.

« La Parole de Sagesse ne vous promet pas une santé parfaite, mais elle enseigne comment garder le corps avec lequel vous êtes nés dans la meilleure condition et votre esprit attentif aux subtiles inspirations spirituelles. »

2.

Une liste exhaustive.

« Il y a beaucoup de substances qui engendrent la dépendance que l'on peut boire, mâcher, inhaler ou s'injecter, qui nuisent au corps et à l'esprit, et qui ne sont pas mentionnées dans la révélation. »

3.

Une excuse pour l'obsession.

« Apprenez à faire preuve de modération et de bon sens dans les domaines de la santé, de l'alimentation et en particulier de la consommation de médicaments. Évitez de tomber dans les extrêmes, le fanatisme ou les modes¹. »

« Ne laissez jamais Satan ni les autres vous amener à croire qu'enfreindre la Parole de Sagesse vous rendra plus heureux, plus populaire ou plus attirant². » ■

BÉNÉDICTIONS PROMISES

Le respect de la Parole de Sagesse est une immense bénédiction ! Voici quelques manières mentionnées dans *Jeunes, soyez forts* dont cette bénédiction peut se manifester :

- Nous sommes à l'abri de dépendances nocives
- Nous contrôlons mieux notre vie
- Nous sommes en meilleure santé
- Nous avons l'esprit plus vif
- Le Saint-Esprit nous guide
- Nous sommes plus aptes à servir le Seigneur

NOTES

1. Voir Boyd K. Packer, « La Parole de Sagesse : principes et promesses », conférence générale d'avril 1996.
2. *Jeunes, soyez forts*, 2011, p. 25.



« Que faire si je n'aime pas mon corps ? »



« Quand vous chantez 'Je suis enfant de Dieu', pensez au don de votre corps physique qu'il vous a fait. Les nombreuses caractéristiques extraordinaires de votre corps témoignent de votre 'nature divine' [2 Pierre 1:4]. [...] »

« [...] Il n'est pas nécessaire d'avoir un corps parfait pour accomplir une destinée divine. En fait, certains des esprits les plus beaux habitent des corps frêles ou imparfaits. »

Russell M. Nelson, « Votre corps : un don magnifique à chérir », *Le Liahona*, août 2019, p. 50.



Accepte ton corps

Accepte ton corps pour ce qu'il est au lieu de penser à ce qu'il n'est pas. Chaque fois que je me regarde dans la glace, je dis : « Père

céleste, je suis reconnaissante des progrès que tu fais avec moi. »

Temperance B., dix-huit ans, Victoria (Australie)

Prends-en soin

Je prends soin de mon corps en faisant de l'exercice et en mangeant sainement. Cela me rend plus reconnaissante de l'avoir. Lorsque je prends soin du temple que mon Père céleste m'a accordé, mon humeur change et je mesure davantage la chance merveilleuse que j'ai d'avoir un corps créé par Dieu.

Camille A., seize ans, Floride (États-Unis)



Considère-le comme un temple

Considère ton corps comme un temple (voir 1 Corinthiens 3) et dis-toi que le Seigneur regarde au

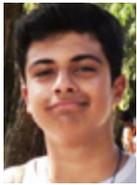
cœur (voir 1 Samuel 16), pas au corps !

Vico W., dix-sept ans, Rhénanie-du-Nord Westphalie (Allemagne)

Souviens-toi que tu es aimé

Mon ami a lutté car il se souciait de ce que les autres pensaient de lui, et il a perdu le respect de soi. Se souvenir que Dieu, ses amis et sa famille étaient tous là pour l'aimer et l'encourager sont les choses qui l'ont le plus aidé.

Matthew V., seize ans, Missouri (États-Unis)



On vous aime

Quand j'entends mes amis dirent qu'un de leurs traits physiques ne leur plaît pas ou qu'ils les détestent, j'aime bien les aider à comprendre que notre Père céleste les aime. Je pense qu'il m'aime et qu'il veut mon bonheur, quelle que soit mon apparence physique. Nous devons prendre soin de notre corps et l'aimer parce que c'est notre temple.

Ignacio P., quatorze ans, Argentine

Il ne te définit pas

Souviens-toi que ton corps ne te définit pas. C'est ton corps, mais pas toi en tant que personne, en tant qu'enfant d'esprit de Dieu.

Sailor O., dix-huit ans, New York (États-Unis)

Fais ce que tu aimes

Être dehors et avoir des activités que j'aime, par exemple faire de la bicyclette ou marcher avec mon chien m'aide toujours à me sentir bien physiquement. C'est encore mieux quand je le fais avec des amis parce que cela me rappelle qu'autour de moi, j'ai des gens qui m'aiment et pour qui mon apparence est sans importance.

Itzcel O., dix-huit ans, Arizona (États-Unis)



Comment est un corps ressuscité ?

D'après les Écritures et les prophètes modernes, le corps ressuscité est :

Physique. Un corps ressuscité a de la chair et des os (voir Luc 24:36-39).

Immortel. « Ce corps mortel est ressuscité à un corps immortel, [...] de sorte qu'ils ne peuvent plus mourir » (Alma 11:45).

Parfait. « L'esprit et le corps seront de nouveau réunis sous leur forme parfaite » (Alma 11:43). « Les difformités seront supprimées ; les défauts seront éliminés, les hommes et les femmes atteindront la perfection de leur esprit, la perfection que Dieu a voulue au commencement » (Joseph F. Smith, *Doctrine de l'Évangile*, 1982, p. 18).

Beau. « Il n'y a rien de plus beau à contempler qu'un homme ou une femme ressuscité » (*The Teachings of Lorenzo Snow*, éd. Clyde J. Williams, 1996, p. 99).

Hors de portée du pouvoir de Satan. « Si la chair ne se relevait plus, notre esprit serait soumis [...] au démon [...] pour rester avec le père des mensonges dans la misère comme lui » (2 Néphé 9:8-9). Mais, du fait que Jésus-Christ a réalisé la résurrection de notre corps, cela n'arrivera pas*.

Capable de recevoir une plénitude de joie. Sans résurrection, la joie de la gloire céleste n'est pas possible. « L'esprit et l'élément, inséparablement liés, reçoivent une plénitude de joie » (Doctrine et Alliances 93:33).

* Sauf pour les fils de perdition (voir Doctrine et Alliances 76:30-38).

Les réponses sont un guide, non des déclarations officielles de la doctrine de l'Église.

Qu'en penses-tu ?

« Comment puis-je savoir que j'ai obtenu le pardon ? »

Envoie ta réponse et, si tu le souhaites, une photo haute définition avant le 15 septembre 2019 à liahona.lds.org (clique sur « Transmettre un article ou des commentaires »).

Les réponses pourront être modifiées pour des raisons de longueur ou de clarté.

Respecter le don qu'est notre corps

Par D. Todd Christofferson
du Collège des douze apôtres

Le vrai succès dans cette vie résulte de la consécration de notre vie, c'est-à-dire notre temps et nos choix, aux desseins de Dieu (voir Jean 17:1, 4 ; D&A 19:19). En faisant cela, nous lui permettons de nous élever pour que nous parvenions à notre plus haute destinée.

Une vie de consécration respecte le don incomparable du corps physique, création divine à l'image même de Dieu. L'une des raisons essentielles de l'expérience de la condition mortelle est que chaque esprit doit recevoir un corps physique et apprendre à exercer le libre arbitre moral en tant qu'entité double (corps et esprit). Un corps physique est également essentiel à l'exaltation, qui ne se réalise que par la combinaison parfaite du physique et du spirituel, comme nous le voyons en notre Seigneur bien-aimé ressuscité. Dans ce monde déchu, certaines vies sont douloureusement brèves, certains corps sont difformes, brisés ou à peine capables de rester en vie. Cependant, la vie est suffisamment longue pour que chaque esprit et chaque corps se qualifient pour la résurrection.

Ceux qui croient que le corps humain n'est rien de plus que le fruit du hasard de l'évolution ne ressentent aucune responsabilité envers Dieu ou qui que ce soit d'autre pour ce qu'ils font avec ou à leur corps. Par contre, nous qui avons une

perspective éternelle, nous devons reconnaître que nous avons un devoir envers Dieu en ce qui concerne la manière dont nous traitons notre corps. Paul a dit :

« Ne savez-vous pas que votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous, que vous avez reçu de Dieu, et que vous ne vous appartenez point à vous-mêmes ?

« Car vous avez été rachetés à un grand prix. Glorifiez donc Dieu dans votre corps et dans votre esprit, qui appartiennent à Dieu » (1 Corinthiens 6:19-20).

Reconnaissant ces vérités et les recommandations des prophètes actuels, nous ne défigurerions certainement pas notre corps par exemple avec des tatouages et nous ne l'avilirions pas, par exemple avec la drogue ou ne le souillerions pas, par exemple par la fornication, l'adultère ou l'indécence. Puisque notre corps est l'instrument de notre esprit, il est vital que nous prenions soin de lui de notre mieux. Nous devons consacrer ses facultés au service et à la promotion de l'œuvre du Christ. Paul a déclaré : « Je vous exhorte donc, frères, par les compassions de Dieu, à offrir vos corps comme un sacrifice vivant, saint, agréable à Dieu » (Romains 12:1). ■

Extrait d'un discours de la conférence générale d'octobre 2010.

Ton corps est comme un temple.

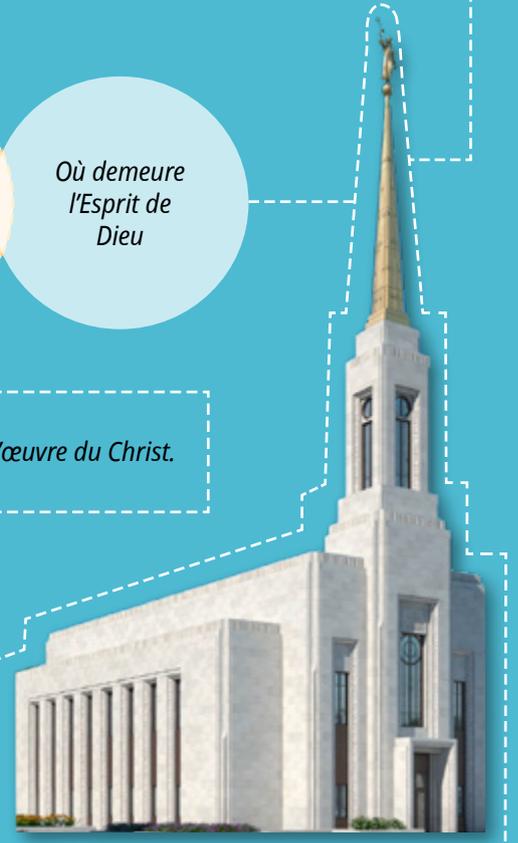
Frère Christofferson a enseigné que notre corps est un don et « une création divine à l'image même de Dieu ». Comme les temples, notre corps est sacré et nous devons en prendre soin de notre mieux. Voici comment les temples et notre corps participent au plan de notre Père céleste.

Offre l'occasion d'apprendre et de progresser

Héberge notre esprit

Où demeure l'Esprit de Dieu

Sert et fait avancer l'œuvre du Christ.



Grâce à la résurrection, notre corps sera éternel.

Les bénédictions du temple sont éternelles.

Sacré

Nous permet de retourner auprès de notre Père céleste

Un don de Dieu

Nous pouvons nous tenir en des lieux saints

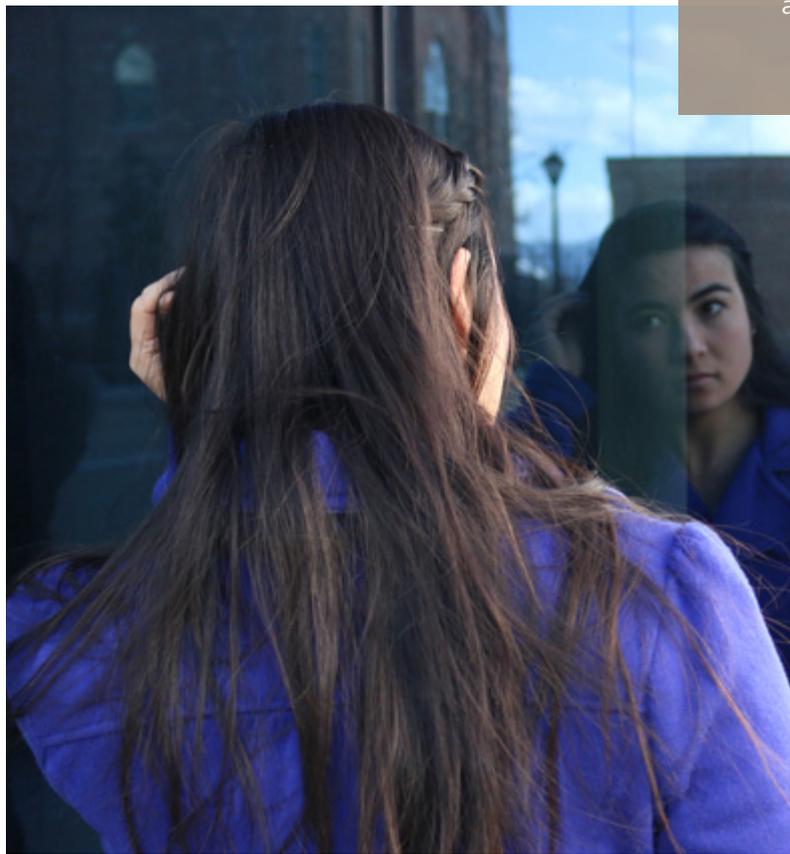
Le temple est un lieu saint

JEUNES ADULTES

**QUE VOYEZ-VOUS QUAND
VOUS REGARDEZ DANS
LE MIROIR ?**

Lisez des vérités sur le corps et sur le plan du salut ainsi que des idées pour vous aider à améliorer l'image que vous avez de votre corps.

42



CHÉRISSEZ VOTRE CORPS

**UN MESSAGE DU
PROPHÈTE**

50

LA LOI DE CHASTÉTÉ

**QU'EST-CE
EXACTEMENT ?**

56

LE CORPS

**VINGT CHOSES
STUPÉFIANTES**

58

LA PAROLE DE SAGESSE

**CE QU'ELLE EST ET CE
QU'ELLE N'EST PAS**

60

ÉGLISE DE
JÉSUS-CHRIST
DES SAINTS
DES DERNIERS JOURS



L'Ami



**Notre corps
merveilleux !**

Voir page A12



Henry B. Eyring

Deuxième
conseiller dans
la Première
Présidence

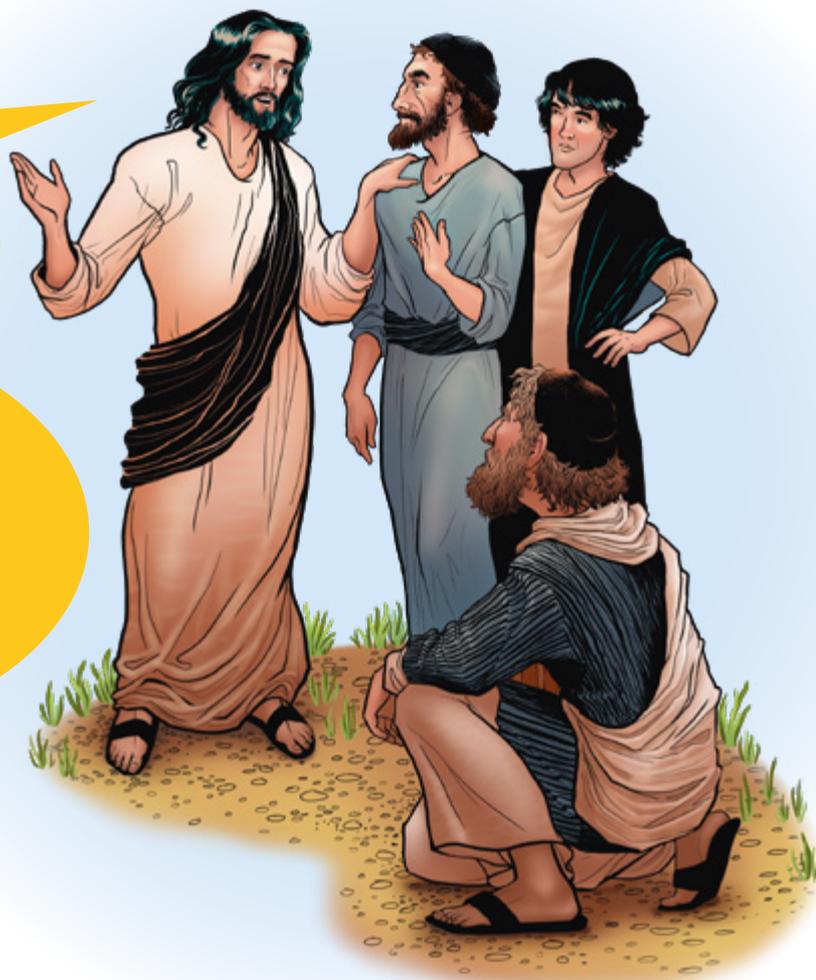
Ouvre ton cœur au Saint-Esprit

Lorsque Jésus était sur le point de quitter ses disciples,
il leur a dit comment il leur donnerait sa paix :

« Le consolateur, l'Esprit-Saint,
[...] vous enseignera toutes choses,
et vous rappellera tout
ce que je vous ai dit.

« Je vous laisse la paix,
je vous donne ma paix. [...] Que
votre cœur ne se trouble point,
et ne s'alarme point. »

(Jean 14:26-27)



Les sentiments et sensations que suscite le Saint-Esprit sont plus précieux que tout ce que nous pouvons voir ou entendre. Parfois, ils ressemblent à une douce brûlure dans le cœur. Pour moi, c'est souvent une sensation de lumière.

Lorsque vous vous êtes fait baptiser et avez été confirmé membre de l'Église, on vous a exhorté à « recevoir le Saint-Esprit ». À cet instant, vous pouvez avoir le Saint-Esprit avec vous. Mais vous devez quand même décider de lui faire bon accueil dans votre cœur et dans votre esprit.

Je prie pour que vous ouvriez votre cœur au Saint-Esprit. Je prie pour que vous éprouviez la joie de l'avoir toujours comme compagnon. ●

*Adapté de « Je vous laisse la paix », Le Liahona, mai 2017, p. 15-18 et
« Avoir son Esprit avec nous », Le Liahona, mai 2018, p. 86-89.*

Peindre ce qu'il a dans le cœur

Le Saint-Esprit nous aide à nous souvenir. Lorsque le président Eyring veut se souvenir de quelque chose, il l'écrit dans son journal. Parfois, il peint un tableau pour exprimer ce qu'il a ressenti.



Il fait d'abord une esquisse au crayon. Ensuite, il ajoute une couche d'aquarelle. Il laisse sécher et ajoute une deuxième couche.



Le président Eyring aime peindre des bateaux et sa famille. Ce tableau représente sœur Eyring dans un petit bateau lorsqu'elle avait huit ans.

Lorsque l'un de ses petits-enfants était en mission en France, le président Eyring a peint des missionnaires en train de marcher dans une rue de Paris.



Ce tableau de sa femme, Kathleen, et de deux de leurs six enfants lui rappelle son amour pour sa famille.

Essaye de dessiner ou de peindre ton propre tableau !

L'exercice de la FOI

Par Karee Brown

Magazines de l'Église
D'après une histoire vraie

« Je te montrerai ma foi par mes œuvres »
(Jacques 2:18)

Klarie parcourt le terrain en dribblant à toute vitesse. Elle se dit : *C'est ma chance*. La fille la plus grande et la plus rapide l'a marquée pendant tout le match mais maintenant elle s'occupe de quelqu'un d'autre. C'est l'occasion pour Klarie !

Elle évite une autre joueuse en pivotant et se place. Elle saute et tire. Le ballon s'envole dans les airs pendant qu'elle retient sa respiration. *Allez, rentre.*

Le filet bruisse au passage du ballon.

Ses coéquipières la félicitent.

Ensuite l'entraîneuse, Mme Garcia, regarde le chronomètre et siffle. « Et c'est la fin de l'entraînement ! Vous avez toutes bien travaillé ! Je vous retrouve toutes demain. Reposez-vous bien parce que nous allons faire beaucoup de sprints. »

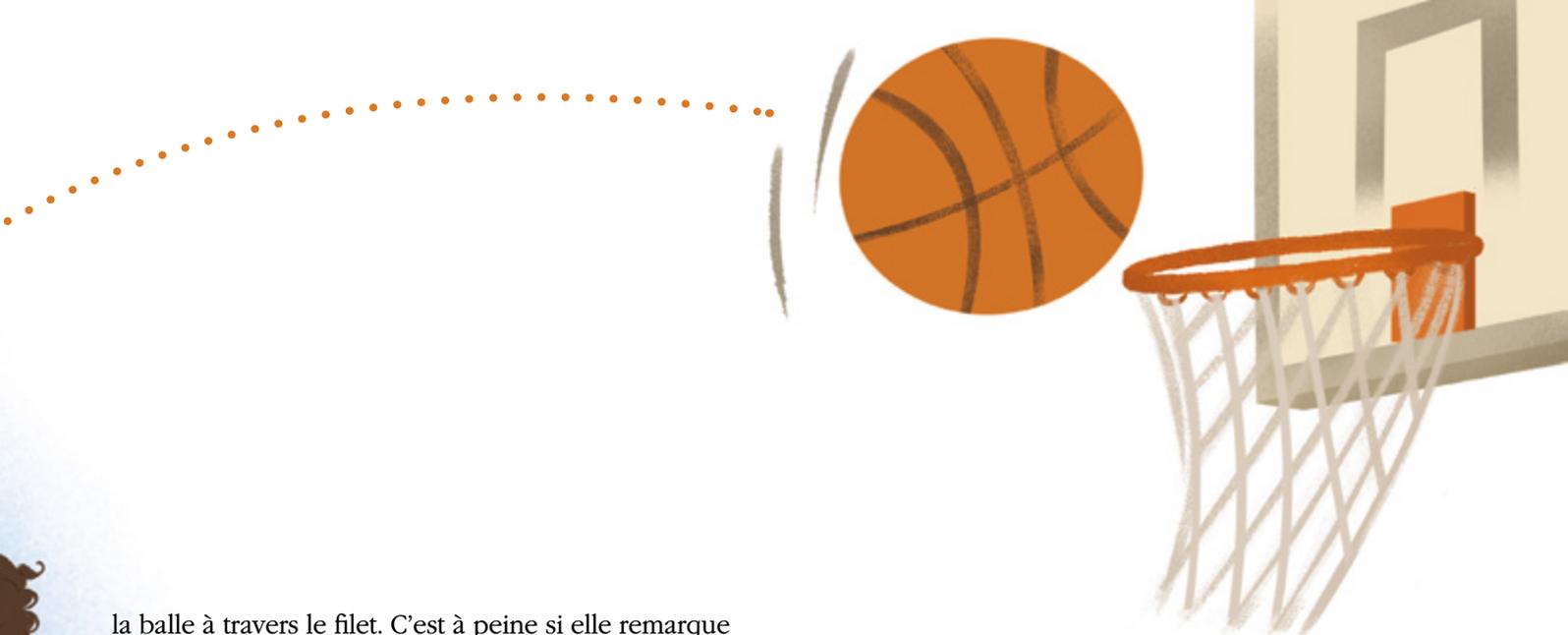
Klarie grogne et part rassembler ses affaires. Elle voit ensuite Mme Garcia lui faire signe.

Elle dit : « Eh, Klarie. Tu as bien travaillé aujourd'hui. Je sais que tu fais beaucoup d'efforts pendant les entraînements et je suis fière de toi. »

« Merci », dit Klarie, radieuse.

Elle sourit encore lorsqu'elle se dirige vers la voiture de sa mère. Et, pendant le trajet de retour, elle rejoue mentalement son dernier tir. Surtout le bruissement de





la balle à travers le filet. C'est à peine si elle remarque le discours de conférence que Maman écoute.

Puis, quelque chose attire son attention. L'orateur dit : « Nous devons prendre le temps d'exercer activement notre foi^{*}. » Les mots « exercer activement » semblent quelque chose qu'elle pourrait entendre lors d'un entraînement de basket. *Comment exerce-t-on la foi ? se demande-t-elle. Court-on avec foi ? Dribble-t-on avec la foi comme avec un ballon ?*

Klarie se tourne vers Maman et demande : « Comment exerce-t-on la foi ? »

Maman sourit. « Comment t'améliores-tu au basket ? »

— « Je m'entraîne. Mme Garcia me dit comment m'améliorer. Et, lorsque nous faisons des exercices, je m'efforce de mon mieux de les faire correctement.

— C'est facile ?

— Non ! » Klarie se rappelle combien elle a les jambes fatiguées après les sprints. « Je dois *beaucoup* m'entraîner. »

Maman fait oui de la tête « Notre Père céleste veut que nous ayons foi en lui mais nous devons y travailler. Il nous a donné des façons de nous entraîner et de nous améliorer. »

— Comme quoi ?

— Il nous demande de lui parler par la prière. C'est un peu comme s'il était notre entraîneur. Il nous donne les Écritures. Elles sont comme son manuel de tactiques. Et il inspire les prophètes pour qu'ils nous encouragent à étudier en famille. Notre famille est comme...

— Comme notre équipe ! interromp Klarie.

— Exactement ! Notre équipe familiale travaille et s'entraîne

ensemble. Alors, que se passe-t-il quand tu vas à l'entraînement, Klarie ?

— « Je m'améliore. » Elle repense au plaisir qu'elle a eu à mettre le dernier panier après avoir travaillé dur pendant des semaines lors des entraînements.

« C'est exact. Lorsque nous nous entraînons, nous exerçons notre foi. Cela permet à notre témoignage de devenir plus fort. Et cela nous rend plus heureux. »

Klarie n'avait jamais pensé à la foi sous cet angle. Elle avait entendu dire que la foi était comme une semence. Mais elle ne savait pas qu'elle pouvait être comparée au basket ! Elle réfléchit aux plans que son entraîneuse prépare pour leur équipe. Elle se dit : *Je peux peut-être faire un plan d'entraînement aussi, mais pour la foi !* Dès qu'elle arrive à la maison, elle trouve un gros bloc-notes et elle commence à écrire :

- Prière : matin et soir
- Étude des Écritures : tous les jours
- Église : tous les dimanches

Peut-être que l'exercice de la foi n'est pas exactement comme l'entraînement au basket. Mais l'entraînement c'est l'entraînement. Elle ressent de la chaleur et du bonheur en regardant son plan. Elle a confiance en notre Père céleste et sait qu'il l'aidera ! ●



* Richard G. Scott, « Faites de l'exercice de votre foi votre priorité absolue », *Le Liahona*, novembre 2014, p. 92-95.

Un nouveau sentier

**Lorsque je me fais baptiser, je choisis de marcher avec
Jésus sur un nouveau sentier.**

(Voir Romains 6:4.)



Leçon de choses



J'aime beaucoup faire de l'indexation d'histoire familiale et j'aime aller à l'église avec ma famille.

Maria O., onze ans (Brésil)



Notre famille s'est récemment fait baptiser et nous sommes tous d'accord pour dire que nous aimons notre nouvelle Église. Un soir, pour la soirée familiale, maman a proposé que nous fassions notre arbre généalogique en utilisant les photos de nos anciens passeports. Nous nous sommes bien amusés !

Joshua, Matilda et Graeme K., neuf, onze et sept ans (Royaume de Tonga)



J'aime servir ma famille.

Lizmel S., neuf ans (Porto Rico)



J'aime bien quand mes amis m'aident avec mes questions.

Ricardo A., neuf ans (Porto Rico)



Mel P., huit ans (Bolivie)

J'aime lire le Livre de Mormon à ma petite sœur. Mon Écriture préférée est 1 Néphî 3:7.

Emilia L., dix ans (Allemagne)



Bonjour
de
Corée
du Sud!



Nous nous
appelons Margo
et Paolo.

Viens visiter
la Corée du Sud
avec nous !



La **Corée du Sud**
est en Asie de l'Est.
Elle compte environ
cinquante millions
d'habitants et près
de quatre-vingt-huit
mille membres
de l'Église.

Séoul

CORÉE
DU SUD



L'alphabet coréen s'appelle le hangeul. Voici un panneau sur un bâtiment de l'Église portant le nom de l'Église en hangeul.



De nombreuses familles coréennes vont dans des marchés tels que celui-ci pour acheter des fruits, des légumes, de la viande et des en-cas à des vendeurs ambulants. Le *bibimbap* est un mets très populaire en Corée. Il s'agit d'un mélange de riz.



En Corée, il est courant de s'asseoir par terre chez soi ou au restaurant. De nombreuses familles étudient, jouent et mangent ensemble sur une table basse semblable à celle-ci.



Cette famille se rend au temple de Séoul. Il a été consacré en 1985 dans la capitale de la Corée du Sud.

Fais la connaissance de quelques-uns de nos amis de Corée du Sud !



Chaque fois que je rencontre un problème, je pense à mon Père céleste et cela m'apporte la paix intérieure. Je sais que mon Père céleste et Jésus-Christ sont vraiment vivants. Je veux les suivre.

Ha-eun S., onze ans



Il m'arrive de vouloir taper mon frère s'il jette mes cubes par terre ou gribouille sur mon cahier. Cela m'apprend la patience. Je fais un effort car je veux apprendre à choisir le bien.

Se-jong H., huit ans

Merci d'avoir visité la Corée du Sud avec nous. À la prochaine fois !



Es-tu de Corée du Sud ? Écris-nous. Nous aimerions faire ta connaissance.

ARRIVERAI-JE

Par David Dickson

Magazines de l'Église
(Tiré d'une histoire vraie)

« *Se souvenir toujours de lui et garder les commandements* » (Moroni 4:3).

Maman dit : « Attends, tu n'as pas fini ton petit-déjeuner. » Elle rapproche de Juhyuk les petites assiettes de légumes.

Juhyuk regarde son petit-déjeuner. Il va être en retard ! D'habitude son grand frère l'aide à se préparer pour l'église. Mais il est en déplacement, alors Juhyuk doit y aller seul.

Il dit : « D'accord, maman. » Il se dépêche de finir de manger. Ensuite, il embrasse maman et se dirige vers la porte.

Maman l'arrête. « As-tu ton téléphone ? »

Juhyuk le montre. « Oui. Je peux envoyer un SMS à mon instructrice de la Primaire si j'ai un problème.

— Et un pull sous ton manteau ? Il fait froid.

Juhyuk montre son pull.

Elle hoche la tête. Juhyuk se dépêche de sortir dans la rue. Tous les bruits de la ville le font sourire. C'est amusant de vivre dans l'une des plus grandes villes de Corée du Sud.

Mais Juhyuk préférerait quand même que son frère l'accompagne. Ils font toujours le trajet ensemble jusqu'à l'église.

Il se dit : « Je connais le chemin. » Et, en effet, peu après, il est au premier arrêt de bus.

Mais il est seul. C'est étrange. Il regarde sa montre. Il vient sans doute juste de manquer le bus ! Il va falloir qu'il attende le suivant.

Au bout de quelques minutes, d'autres personnes arrivent. Enfin, un bus tout bleu approche. Juhyuk grimpe les marches, paie le chauffeur et s'assoit.

Ta-tink !

Juhyuk consulte son téléphone après la sonnerie du message. C'est son instructrice de la Primaire.



à L'ÉGLISE ?

« Es-tu dans le bus ? N'oublie pas que, si tu te perds, je peux venir te chercher ! »

Il sourit et répond. « Oui. Je suis dans le bus. »

Mais ce n'est que le petit trajet. Le deuxième dure plus d'une heure.

Juhyuk regarde l'heure et fronce les sourcils. Il ne veut pas manquer les réunions de l'église. Il aime la partie de chaque prière de Sainte-Cène qui parle de toujours nous souvenir de lui. Cela veut dire nous souvenir toujours de Jésus. Et Juhyuk veut le faire.

Quand sa tante et son oncle les ont invités, son frère et lui, à l'église, il y a quelques mois, il a rencontré les missionnaires. Frère Kim et frère Moon leur ont parlé de Jésus à tous les deux. Plus il découvrait Jésus et ses enseignements, plus il aimait penser à lui.

Ta-tink !

Le message dit : « As-tu changé de bus ? »

— Pas encore.

Le bus arrive dans la rue très fréquentée où il doit changer de ligne.

Il demande au chauffeur si son second bus est arrivé.

Ce dernier répond : « Tu viens juste de le manquer. Le prochain arrive dans un quart d'heure. »

— D'accord. Merci !

Finalement, après un second trajet en bus, Juhyuk entra en courant dans le bâtiment. Sa tante et son oncle lui avaient gardé une place. Il y était arrivé !

Juhyuk repensa à tout ce qu'il avait accompli pour se rendre à l'église. Il repensa à toutes les personnes qui l'avait aidé le long du chemin. Il sentit que son Père céleste était heureux de sa présence à l'église.

Juhyuk pria silencieusement. « Merci Père céleste d'avoir pu me rendre à l'église aujourd'hui. » ●





L'apôtre Paul enseigne que notre corps est un temple (voir 1 Corinthiens 6:19). Voici un jeu auquel tu peux jouer pour en savoir plus.

Ton corps est un temple

1. Découpe les cartes de la page suivante et étale-les pour que tout le monde puisse les voir et les atteindre.
2. Jetez un dé à tour de rôle. Lorsque quelqu'un l'a jeté, trouvez ce chiffre sur « Vérités sur les temples » et lisez la phrase correspondante à haute voix.
3. Trouvez la fiche qui enseigne une vérité similaire sur le corps. (Indice : regardez les symboles identiques.) Lorsque vous la trouvez, tendez la main et touchez la carte ! Ensuite, lisez-la et faites l'activité.
4. Continuez à jouer jusqu'à ce que tout le monde ait eu son tour ou jusqu'à ce que vous ayez lu toutes les cartes.



VÉRITÉS SUR LES TEMPLES



1. Chaque temple est une maison du Seigneur.



2. Les temples sont différents à l'extérieur. Certains ont des jardins et des fontaines. Ils ont des formes et des couleurs différentes. Tous les temples sont beaux.



3. Chaque jour, des gens prennent soin de l'extérieur du temple pour qu'il reste joli.



4. Des gens nettoient aussi l'intérieur des temples ! Des employés et des bénévoles s'assurent que tout est propre et lustré.



5. Les temples servent à faire l'œuvre de notre Père céleste.



6. Les temples sont des endroits spéciaux et sacrés qui doivent être traités avec respect.



Chaque corps est un temple où habite l'esprit de cette personne. Le Saint-Esprit peut aussi demeurer avec nous.



Demande à quelqu'un de te parler d'une occasion où il a ressenti le Saint-Esprit.



Les corps ont des couleurs, des formes et des tailles différentes. Chaque corps est beau.



Nomme une chose que ton corps peut faire.



Chaque jour, nous prenons soin de notre corps en nous lavant, en mangeant de la nourriture saine et en faisant de l'exercice.



Nomme une chose qui est bonne à manger ou à boire et une chose que nous ne devons pas manger ou boire.



Nous garderons des pensées pures en ne lisant, ne regardant et n'écoulant que ce qui favorise la présence de l'Esprit.



Chante un couplet de l'un de tes chants de la Primaire préférés.



Nous utiliserons notre corps pour aider les gens et faire ce que Jésus ferait.



Fais un compliment à quelqu'un et un « tope-là ! »



Ton corps doit être traité avec amour et respect. Si quelqu'un te fait mal ou touche ton corps d'une façon qui te met mal à l'aise, dis-le immédiatement à un adulte de confiance !



Rejoue.

*Callie et Marco vont à deux Églises
différentes. Peuvent-ils être amis ?*

« Sois un modèle pour les fidèles » (1 Timothée 4:12).

« **A**llons chercher d'autres bâtons ! » dit Callie à Marco.
« Marco regarde le ciel. « Je dois rentrer. Le soleil va bientôt se coucher.

— Mais on n'a pas encore fini notre fort !

— Désolé ! crie Marco en se dépêchant de partir.

Il faut que je sois rentré avant le sabbat !

Callie soupire. Quand on est ami avec Marco, il y a des choses formidables et d'autres difficiles. En fait, il y a surtout une chose difficile. C'est qu'ils n'ont pas

beaucoup de temps pour jouer ensemble. Ils sont dans la même école mais pas dans la même classe. Ils n'ont pas les mêmes récréations. En plus, tous les deux passent le jour du sabbat avec leur famille. Dans l'Église de Marco, le sabbat commence le vendredi soir, au coucher du soleil. Pour Callie, le sabbat est le dimanche.

Et les choses formidables ? Il y en a plein. L'une d'elle est que Callie n'a jamais à s'inquiéter que Marco dise des gros mots, essaie de l'entraîner à faire de mauvaises choses ou regarde des choses qui ne sont pas

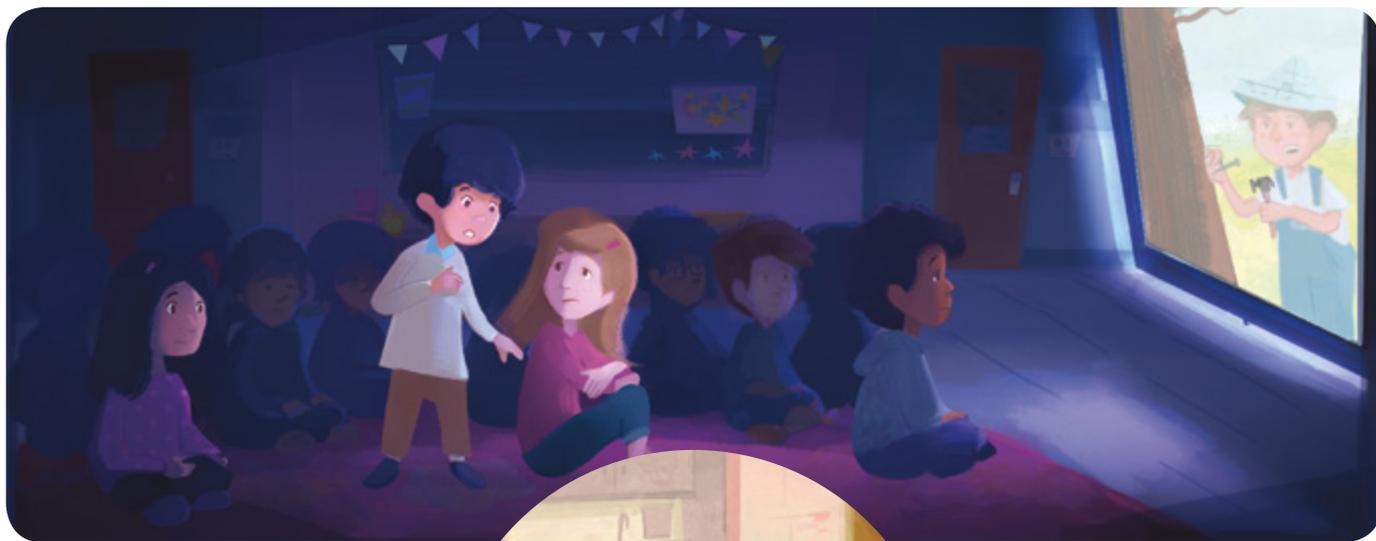


FORTS

et amitié

Par Kasey Tross

Tiré d'une histoire vraie



bien. Sa famille et lui vont dans une Église différente mais les deux amis ont beaucoup de croyances en commun. Le respect du sabbat en est une, bien que le jour diffère.

Callie pose sa brassée de bâtons et rentre.

Maman demande : « Est-ce que Marco est reparti chez lui ? »

« Oui, répond Callie en se laissant tomber sur une chaise. On n'a presque jamais le temps de jouer. »

— Peut-être que vous pourrez vous retrouver vendredi. Il n'y a pas école.

— Très bien, dit Callie en retrouvant le sourire. Elle va tout préparer pour que, quand Marco viendra, ils puissent immédiatement travailler sur le fort.

À l'école cette semaine-là, l'institutrice de Callie fait une annonce. Tous les élèves de troisième année vont regarder un film ensemble.

« Super ! » dit Callie. Elle met son déjeuner dans son sac à dos et se rend dans la salle commune située entre les salles de classe.

Tout le monde trouve une place pour s'asseoir par terre et les enseignants éteignent les lumières. Callie est toute contente lorsque le film commence. Cela parle de garçons qui construisent un fort ensemble, comme elle le fait avec Marco ! *Si on le finit un jour*, se dit-elle. Elle secoue la tête et reporte son attention sur l'écran.

Mais, un peu plus tard, elle remarque qu'il y a de vilains mots dans le film. Elle commence à se sentir de plus en plus mal à l'aise. Elle ne sait pas quoi faire.

À cet instant, elle sent quelqu'un lui tapoter l'épaule. C'est Marco ! Il s'est faulfilé à travers la foule d'élèves pour lui parler.

Il chuchote : « Callie, je crois que nous ne devrions pas regarder cela. Je crois que nous devrions demander à nos institutrices la permission de lire à la place. »

Callie pousse un soupir de soulagement. C'est réconfortant de savoir que quelqu'un d'autre éprouve la même chose qu'elle. « Oui. Moi non plus je n'aime pas ce film. »

Les deux enfants se lèvent et se dirigent sur la pointe des pieds vers leurs institutrices. Chacun va voir la sienne. Callie demande si elle peut lire au lieu de regarder le film et l'institutrice dit oui.

En partant vers sa salle de classe, elle voit Marco faire la même chose. Il lui fait un petit signe de la main et sourit. Callie lui rend son sourire. Avoir un vrai ami est encore mieux que d'avoir un fort terminé. ●

L'auteur vit en Virginie (États-Unis).



« J'ai découvert une bonté sincère parmi les gens de toutes les religions »

Quentin L. Cook, du Collège des douze apôtres, « Le quotidien éternel », *Le Liahona*, novembre 2017, p. 53.

Frère Andersen visite la Côte-d'Ivoire

L'une des premières étapes de la construction d'un nouveau temple est une réunion spéciale appelée « cérémonie d'ouverture de chantier ». Neil L. Andersen et sa femme, Kathy, se sont rendus en Côte-d'Ivoire pour l'ouverture de chantier d'un nouveau temple.



Des enfants se sont servi de pelles dorées pour « ouvrir le chantier ». Les travaux pouvaient maintenant commencer ! Cela va prendre environ deux ans pour construire le temple.

« Consacrons-nous [...] à mieux modeler notre personnalité et notre âme pour qu'elles soient prêtes à entrer dans le temple consacré. Soyons plus fidèles à suivre le Sauveur. »



Frère Andersen a fait une prière pour consacrer le terrain du nouveau temple. Sœur Andersen et lui ont fait des discours en français, qui est la langue officielle du pays. Sœur Andersen a dit que cela la rend heureuse que Jésus nous laisse entrer dans sa maison, le temple. Nous y recevons des bénédictions que nous ne pouvons recevoir nulle part ailleurs.





Voici à quoi il ressemblera.

Actuellement, les membres de Côte-d'Ivoire doivent faire douze heures de route pour aller au temple le plus proche, au Ghana. Dans quelques années, les enfants qui sont suffisamment grands pour faire des baptêmes au temple pourront aller dans un beau temple dans leur propre pays !

Nous aimons voir le temple

Voici comment les enfants chantent « Oh, j'aime voir le temple » en six langues différentes. Suis la ligne de chaque phrase jusqu'à la langue correspondante.

Me encanta ver el templo

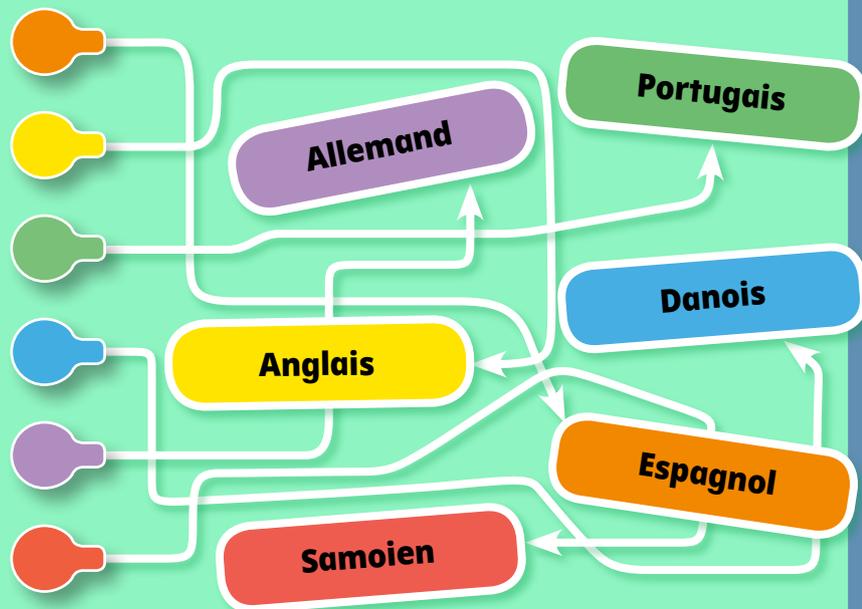
I love to see the temple

Eu gosto de ver o templo

Jeg elsker herrens temple

Ich freu mich auf den tempel

Out e fia vaai I le malumalu



UNE IDÉE BRILLANTE

Je peux faire des choses difficiles !





Par
Michelle D. Craig
Première conseillère
dans la présidence
générale des
Jeunes Filles

Une famille de jeunes guerriers



« Vous devez prendre sur vous le nom du Christ, qui est mon nom » (3 Néphï 27:5).

Un jour, j'ai rendu visite à une famille au Chili. Le père était mort dans un accident un mois avant mon arrivée. L'un des enfants était un garçon nommé Benjamin. Il avait dix ans.

Avant l'accident, Benjamin avait fait une leçon à la soirée familiale. Le sujet était les jeunes guerriers du Livre de Mormon (voir Alma 53:16-22 ; 56:42-57). Il avait parlé de leur courage et de leur confiance en Dieu.

Lorsque la maman de Benjamin a été informée de l'accident, elle a pensé à la leçon de son fils. Elle a dit à ses enfants : « Nous devons être courageux comme les jeunes guerriers. Nous avons une autre bataille à mener. »

C'était dur pour les membres de la famille de Benjamin. Leur vie était bouleversée. Ils ont dû s'installer dans une

autre maison pour vivre avec leur grand-mère. Et leur père leur manquait beaucoup. Mais ils savaient qu'ils seraient de nouveau avec lui un jour. Ils ont décidé d'être une famille de jeunes guerriers. Benjamin nous a dit : « Je m'efforce d'être courageux. »

Je suis entrée chez eux pour les reconforter mais c'est moi qui, quand je suis repartie, me suis sentie bénie. Benjamin et sa famille mènent cette bataille avec énormément de courage. Leur foi est une inspiration pour moi.

Nous pouvons tous être courageux comme Benjamin. Être courageux ne veut pas dire ne jamais être triste ni ne jamais avoir peur. Cela veut dire qu'on a foi que notre Père céleste nous aidera à traverser les moments difficiles. Lorsque les épreuves surviennent, nous pouvons choisir de lui faire confiance. Nous pouvons tous être de jeunes guerriers ! ●

Paul se repent



Après la mort de Jésus, ses disciples ont continué d'instruire les gens. Mais tout le monde n'aimait pas ce qu'ils enseignaient. Un homme nommé Paul était particulièrement méchant avec les personnes qui suivaient Jésus.



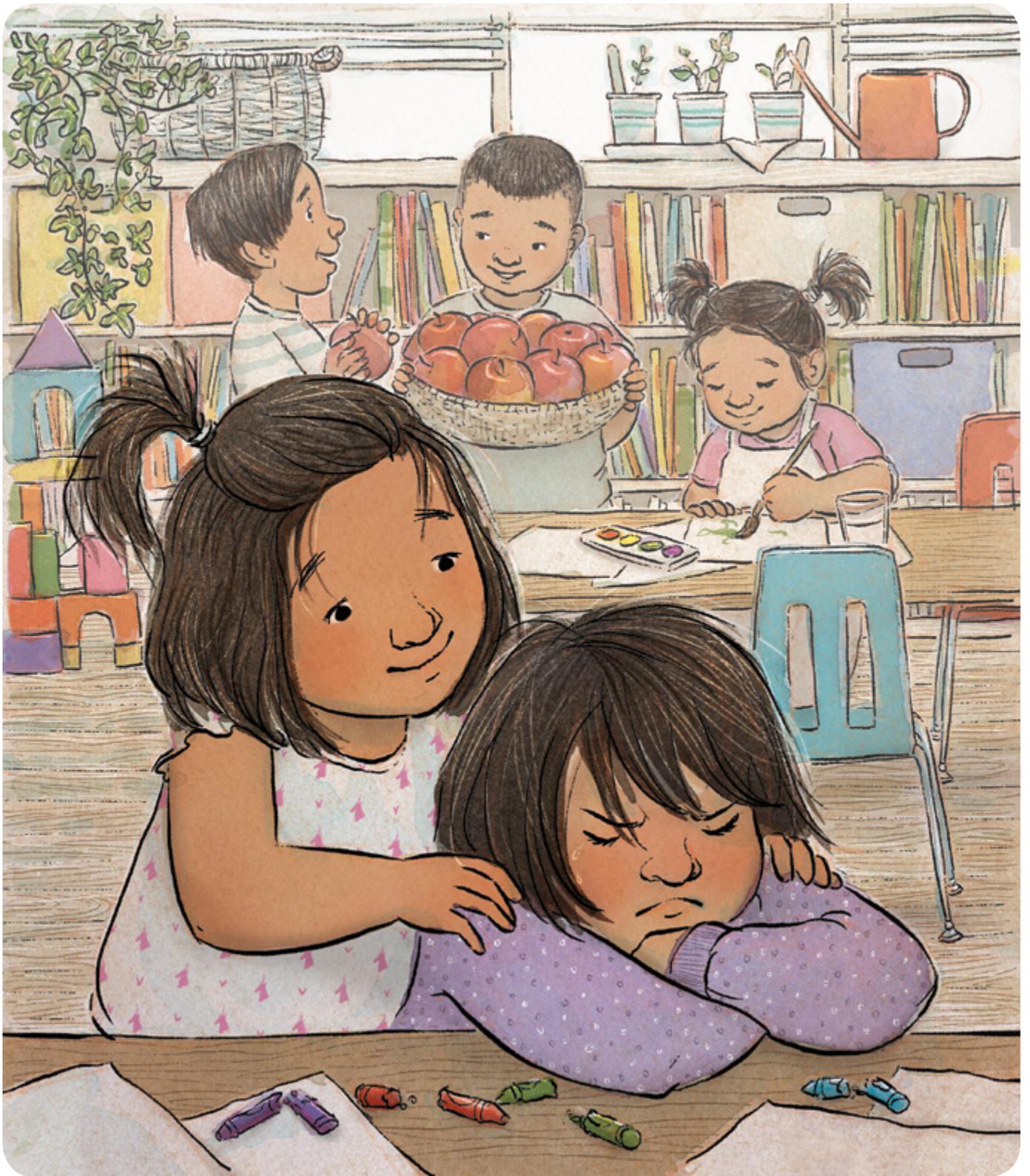
Un jour, pendant que Paul voyageait, il a vu une lumière étincelante venant du ciel. Il a entendu la voix de Jésus ! Jésus a dit à Paul de commencer d'aider les gens à se repentir et à le suivre.



La lumière étincelante a rendu Paul aveugle. Un homme saint appelé Ananias a guéri les yeux de Paul et l'a baptisé.

Après cela, Paul a enseigné l'Évangile de Jésus-Christ aux gens. Il a été un missionnaire, un instructeur et un dirigeant de l'Église du Christ extraordinaire.

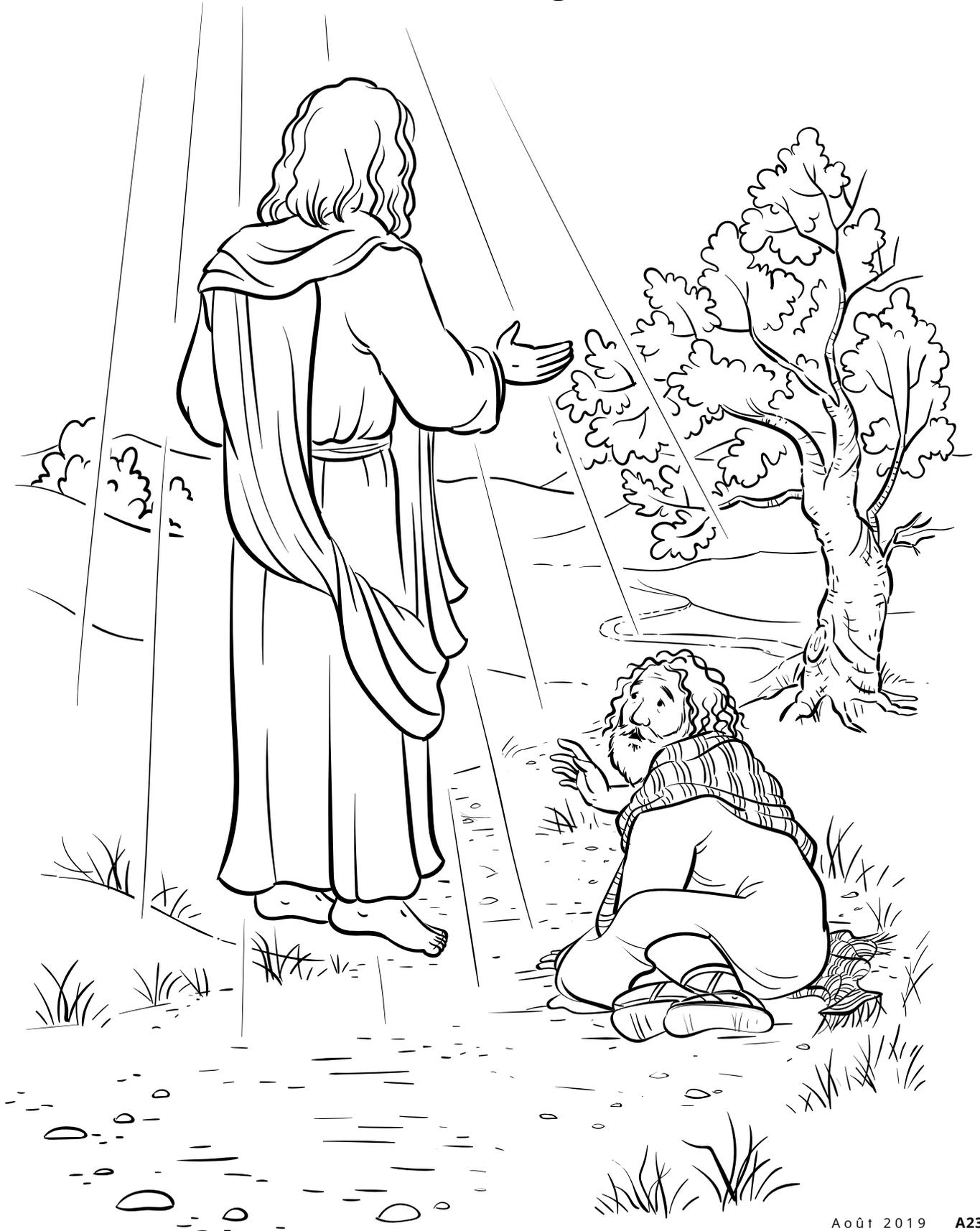




Je choisirai d'être gentil au lieu d'être méchant.
Je choisirai de toujours suivre Jésus. ●

Lis l'histoire de la conversion de Paul dans Actes chapitres 9, 22 ou 26.

Paul a vu Jésus



Chers parents,

Le numéro de ce mois enseigne aux enfants les principes fondamentaux de l'Évangile (voir le quatrième article de foi) :

- Une fillette apprend à exercer sa **foi** (pages A4-A5).
- Paul nous a donné un exemple de **repentir** lorsqu'il a choisi de suivre Jésus (pages A20-A22).
- Un coloriage nous rappelle que notre **baptême** est l'occasion de commencer un nouveau voyage avec Jésus (page A6).
- Le président Eyring nous apprend à ouvrir notre cœur au **Saint-Esprit** (page A2).

Cherchez ces principes avec vos enfants en lisant le numéro de ce mois. Entourez-les ou soulignez-les chaque fois que vous les voyez dans un article. Cela fera d'excellents sujets de discussion en famille !

Restez fidèles,

L'Ami

Comment envoyer au *Liahona* l'œuvre d'art ou le récit de l'expérience de votre enfant

Allez sur le site liahona.lds.org et cliquez sur « Envoyer un article ou un commentaire ». Ou envoyez un courriel à liahona@ldschurch.org avec le nom, l'âge et la ville de votre enfant, ainsi que la permission suivante : « Moi, [insérez votre nom], j'autorise l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours à utiliser ce que mon enfant a envoyé aux magazines de l'Église sur les sites et plates-formes de médias sociaux de l'Église et, le cas échéant, sur les rapports, les publications, les vidéos et la documentation de formation de l'Église. » Nous sommes impatients de vous lire !



Trouve le liahona caché dans ces pages !

TABLE DES MATIÈRES

- A2** Message de la Première Présidence :
Ouvre ton cœur au Saint-Esprit
- A4** S'exercer à avoir la foi
- A6** Un nouveau sentier
- A7** Leçon de choses
- A8** Bonjour de Corée du Sud !
- A10** Arriverai-je à l'église ?
- A12** Ton corps est un temple
- A14** Forts et amitié
- A16** Les apôtres autour du monde :
Frère Andersen visite la Côte-d'Ivoire
- A18** Une idée brillante : Je peux faire des choses difficiles
- A19** Une famille de jeunes guerriers
- A20** Histoires tirées des Écritures : Paul se repent
- A23** Coloriage : Paul a vu Jésus