



## EPISODE 43

GUEST: REBECCA CLARKE

*"Il ne pourrait y avoir de peuple plus heureux".*

## Notes de l'émission et transcriptions

### Podcast Description générale :

followHIM : Un podcast sur le thème "*Viens, et suis-moi*" avec Hank Smith et John Bytheway

Avez-vous parfois l'impression que la préparation de votre leçon hebdomadaire *Viens, et suis-moi* n'est pas à la hauteur ? Rejoignez les animateurs Hank Smith et John Bytheway qui interviewent des experts pour rendre votre étude du cours *Viens, et suis-moi* de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours non seulement agréable, mais aussi originale et éducative. Si vous cherchez des ressources pour rendre votre étude fraîche, fidèle et amusante, quel que soit votre âge, rejoignez-nous tous les mercredis.

### Description des épisodes du podcast

#### Première partie :

Comment une connexion avec Dieu peut-elle créer une société heureuse ? Rebecca Clarke explore la visite du Sauveur aux Amériques et l'impact de cette visite sur les gens, ainsi que son invitation à vivre l'Évangile, à se connecter avec le Seigneur et à s'aimer les uns les autres pour devenir le peuple le plus heureux de la terre.

#### Partie 2 :

Rebecca Clarke continue d'élucider la visite du Sauveur aux Amériques et ce qui crée une communauté des personnes les plus heureuses et les plus respectueuses de l'alliance dans le monde.

## Timecodes :

### Première partie :

- 00:00 Partie I - Dr. Rebecca Clarke
- 01:15 Biographie du Dr. Rebecca Clarke
- 04:15 *Viens, et suis-moi* manuel
- 07:50 Recherche sur le bonheur
- 11:39 Fin de l'épisode
- 15:42 Le Dr Clarke raconte une anecdote sur le Guatemala
- 21:08 Le nom de l'Église
- 26:58 Une cascade avec un arc-en-ciel, une licorne et de l'eau rose
- 31:35 Discussions, querelles et orgueil
- 34:01 3 Néphi 17:13-21 - Une *inclusion*
- 37:29 Un Jésus-Christ blessé
- 41:24 Relation d'alliance et non contrat d'alliance
- 44:15 3 Néphi 27:20 - Le commandement de se repentir
- 48:17 Deux histoires sur la prise du sacrement
- 53:32 3 Néphi 27:27 - L'Évangile de Jésus-Christ n'est pas une philosophie
- 57:28 3 Néphi 28:1 - Traiter les gens comme des individus
- 1:03:58 La nature de l'amour de Dieu
- 1:09:39 Fin de la première partie - Dr. Rebecca Clarke

### Partie 2

- 00:00 Partie II - Dr. Rebecca Clarke
- 00:07 Le président Monson modifie l'âge du service missionnaire
- 01:20 Trois Néphites et David Whitmer
- 04:55 3 Néphi 29:1-9 - Le pouvoir et les alliances de Dieu
- 06:03 3 Néphi 30:1-5 - Écouter
- 08:17 Que vont faire les païens ?
- 09:30 4 Néphi - Le bonheur et les relations avec Jésus-Christ
- 11:06 4 Néphi 1:16 - Une liste de "Nos".
- 14:11 Dépression et aide aux autres
- 17:36 Une sœur guatémaltèque témoigne de sa gratitude
- 21:48 1 Néphi 17:2-3, 20-21 - Même situation, attitude différente
- 24:56 Le bonheur est-il inscrit dans notre ADN ?
- 27:34 Les conflits dans le mariage
- 29:24 4 Néphi 39 - Enseigné à haïr les enfants de Dieu
- 31:12 Les quatre cavaliers qui posent problème dans une relation
- 37:06 4 Néphi - Le pouvoir dans la façon dont nous voyons les autres (et les poulets)
- 41:53 L'esprit du débutant

- 44:16 Le livre de Malcolm Gladwell "*Face aux inconnus*".
- 48:29 Voir nos enfants comme des objets
- 50:54 Un travail d'écriture
- 53:39 Conférence de Jason Carroll sur la Proclamation à BYU
- 56:04 Les trois identités du président Nelson
- 58:21 4 Néphi 1:24-25, 46 - Inclusion
- 1:00:7 4 Néphi 1:15, 28 - Satan s'empare de leur cœur
- 1:02:09 Dr. Clarke partage son témoignage sur Jésus
- 1:05:37 Fin de la deuxième partie - Dr. Rebecca Clarke

## Références :

Becerra, Daniel. "3e et 4e Néphi : A Brief Theological Introduction". Institut Neal A. Maxwell pour la religion de l'Université Brigham Young. Consulté le 14 octobre 2024. <https://mi.byu.edu/3rd-4th-nephi>.

Bliss, Phillip Paul. "More Holiness Give Me" (Donnez-moi plus de sainteté). Hymns - The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints. Consulté le 14 octobre 2024. <https://www.churchofjesuschrist.org/media/music/songs/more-holiness-give-me?lang=eng>.

Blythe, Christine, et Chris Blythe. "Angels and Seerstones" (Angeles et pierres tombales) Angels and Seerstones Podcast : YouTube. Consulté le 15 octobre 2024. <https://www.youtube.com/channel/UCRt2kSddLmesnU7gG2PsDxQ>.

Buber, Martin. "Amazon.Com : Martin Buber : I and Thou. Amazon : Martin Buber : I and Thou, 1er février 1971. <https://www.amazon.com/stores/author/B000APCI28>.

Bytheway, John, Hank Smith, et Brad Wilcox. "Podcast Episodes 31-40 - Bibliothèque du Livre de Mormon - followHIM Podcast avec Hank et John ". Brad Wilcox, Épisode 40 - 3 Néphi 12-16 - followHim Podcast, 2 octobre 2024. <https://followhim.co/all-episode-collections/book-of-mormon-episode-collections/episodes-31-40-book-of-mormon/>.

Bytheway, John, Hank Smith et Ross Baron. "Ross Baron - followHIM Podcast avec Hank Smith et John Bytheway - 14-20 octobre". YouTube, 14 octobre 2024. [https://www.youtube.com/watch?v=a\\_0CcJ9eTZs](https://www.youtube.com/watch?v=a_0CcJ9eTZs).

Bytheway, John. "Comment être totalement misérable : A Self-Hinder Book". Deseret Book : Livres, DVD, musique, art et plus encore pour les familles LDS - Deseret Book. Consulté le 14 octobre 2024. [https://www.deseretbook.com/search/?q=how%2Bto%2Bbe%2Bmiserable&search-button=&lang=en\\_US](https://www.deseretbook.com/search/?q=how%2Bto%2Bbe%2Bmiserable&search-button=&lang=en_US).

Carroll Professor of Marriage and Family Studies, Jason s. "'As I Have Loved You' : Agency-Based Love in Dating and Marriage". BYU Speeches, 15 mars 2021. <https://speeches.byu.edu/talks/jason-s-carroll/as-i-have-loved-you/>.

"L'Église abaisse l'âge du service missionnaire". Communiqué de presse - newsroom.churchofjesuschrist.org, 6 octobre 2012. <https://newsroom.churchofjesuschrist.org/article/church-lowers-age-requirement-for-missionary-service#:~:text=In%20a%20move%20to%20expand,and%20women%20at%20age%2019.>

"Manuel de l'enseignant du Séminaire des Doctrine et Alliances - Doctrine et Alliances 14-16". Leçon 20 : extrait de Lucy Mack Smith, History of Joseph Smith by His Mother, 148-149, 1er janvier 2013. [https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/doctrine-and-covenants-and-church-history-seminary-teacher-manual-2014/section-0/lesson-20?lang=eng.](https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/doctrine-and-covenants-and-church-history-seminary-teacher-manual-2014/section-0/lesson-20?lang=eng)

Frère D. Todd Christofferson du Quorum des douze apôtres. "Sociétés durables". Conférence générale d'octobre 2020 - L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 3 octobre 2020. [https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2020/10/22christofferson?lang=eng.](https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2020/10/22christofferson?lang=eng)

Frère Dale G. Renlund du Collège des douze apôtres. "La conversion à vie". BYU Speeches of Brigham Young University, 8 novembre 2023. <https://speeches.byu.edu/talks/dale-g-renlund/lifelong-conversion/>.

David A. Bednar, membre du Collège des douze apôtres. "Converted Unto the Lord" (Converti au Seigneur). Conférence générale d'octobre 2012 - L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 2 octobre 2012. [https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2012/10/converted-unto-the-lord?lang=eng.](https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2012/10/converted-unto-the-lord?lang=eng)

Jeffrey R. Holland, membre du Collège des douze apôtres. "Broken Things to Mend" (Les choses brisées à réparer). Conférence générale d'avril 2006 - L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 2 avril 2006. [https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2006/04/broken-things-to-mend?lang=eng.](https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2006/04/broken-things-to-mend?lang=eng)

Jeffrey R. Holland, membre du Collège des douze apôtres. "Chants chantés et non chantés". Conférence générale d'avril 2017 - L'Église de Jésus-Christ des saints des derniers jours, 1er avril 2017. [https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2017/04/songs-sung-and-unsung?lang=eng.](https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2017/04/songs-sung-and-unsung?lang=eng)

Jeffrey R. Holland, membre du Collège des douze apôtres. "La plus grande possession". Conférence générale d'octobre 2021 - L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 2 octobre 2021. [https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2021/10/12holland?lang=eng.](https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2021/10/12holland?lang=eng)

Jeffrey R. Holland, membre du Collège des douze apôtres. "La quête du bonheur". The New Era : The Message - September 2016 - The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1er septembre 2016. [https://www.churchofjesuschrist.org/study/new-era/2016/09/the-quest-for-happiness?lang=eng.](https://www.churchofjesuschrist.org/study/new-era/2016/09/the-quest-for-happiness?lang=eng)

Frère Russell M. Nelson du Collège des douze apôtres. "Salvation and Exaltation". Conférence générale d'avril 2008 - L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 2 avril 2008. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2008/04/salvation-and-exaltation?lang=eng>.

England, Eugene. "Pourquoi l'Église est aussi vraie que l'Évangile". The Eugene England Foundation - Why the Church is as True as the Gospel (Pourquoi l'Église est aussi vraie que l'Évangile). Consulté le 14 octobre 2024. <https://www.eugeneengland.org/why-the-church-is-as-true-as-the-gospel>.

Fondé par JAMES LOEB 1911 Edité par JEFFREY HENDERSON. "Les épîtres de Sénèque : Épître XIII". Loeb Classical Library. Consulté le 15 octobre 2024. [https://www.loebclassics.com/view/seneca\\_younger-epistles/1917/pb\\_LCL075.75.xml?readMode=recto](https://www.loebclassics.com/view/seneca_younger-epistles/1917/pb_LCL075.75.xml?readMode=recto).

"George Albert Smith - Sujets d'histoire de l'Église". Page d'accueil - L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 1er janvier 2022. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/history/topics/george-albert-smith?lang=eng>.

Gladwell, Malcolm. "Parler aux étrangers : Ce que nous devrions savoir sur les gens que nous ne connaissons pas : Gladwell, Malcolm". Amazon : Malcolm Gladwell : Parler aux étrangers : What We Should Know About the People We Don't Know, 10 septembre 2019. <https://www.amazon.com/Talking-Strangers-Should-about-People/dp/0316478520>.

Haws Professeur associé d'histoire et de doctrine de l'Église, J.B. "Wrestling with Comparisons". BYU Speeches, 19 juillet 2023. <https://speeches.byu.edu/talks/j-b-haws/wrestling-with-comparisons/>.

Hilton, John. "Classe 44 - 3 Néphi 28-4 Néphi : Trouver la joie en Jésus-Christ". John Hilton III - Le Livre de Mormon : A Masterclass. Consulté le 14 octobre 2024. <https://johnhiltoniii.com/thebookofmormon/class-44-3-nephi-28-4-nephi-finding-joy-in-jesus-christ/>.

Hilton, John. "Voices in The Book of Mormon : Discovering Distinctive Voices of Jesus Christ". John Hilton III. Consulté le 14 octobre 2024. <https://johnhiltoniii.com/voices-in-the-book-of-mormon/>.

"Histoire, 1838-1856, Volume E-1 [1er juillet 1843-30 avril 1844] ", josephsmithpapers.org. Accessed October 14, 2024. <https://www.josephsmithpapers.org/paper-summary/history-1838-1856-volume-e-1-1-july-1843-30-april-1844/50>.

Inouye, Melissa, John Bytheway, et Hank Smith. "Podcast Episodes 21-30 - Book of Mormon Library - followHIM Podcast with Hank and John ", followHim Podcast, 25 août 2024. <https://followhim.co/all-episode-collections/book-of-mormon-episode-collections/episodes-21-30-book-of-mormon/>.

Lisitsa, Ellie. "Les quatre cavaliers : La critique, le mépris, la défensive et l'obstruction ". The Gottman Institute, 14 octobre 2024. <https://www.gottman.com/blog/the-four-horsemen-recognizing-criticism-contempt-defensiveness-and-stonewalling/>.

McNamara, Audrey. "Barbara Bush se souvient de ses propres mots, jamais tus". NPR, 21 avril 2018. <https://www.npr.org/2018/04/21/604326245/barbara-bush-remembered-in-her-own-never-minced-words>.

Merrill, Byron R. "Il n'y avait pas de contestation". Il n'y avait pas de contestation. Consulté le 14 octobre 2024. <https://rsc.byu.edu/book-mormon-fourth-nephi-through-moroni-zion-destruction/there-was-no-contention>.

Millet, Robert L. "'This Is My Gospel". "This Is My Gospel" . Consulté le 14 octobre 2024. <https://rsc.byu.edu/book-mormon-treasury/my-gospel>.

Mineo, rédacteur de Harvard, Liz. "Depuis près de 80 ans, une étude de Harvard montre comment vivre une vie saine et heureuse". Harvard Gazette, 11 janvier 2024. <https://news.harvard.edu/gazette/story/2017/04/over-nearly-80-years-harvard-study-has-been-showing-how-to-live-a-healthy-and-happy-life/>.

"21-27 octobre : 'Il ne pourrait y avoir de peuple plus heureux'. 3 Néphi 27-4 Néphi". Manuel Venez, suivez-moi - 21-27 octobre : "Il ne pourrait y avoir de peuple plus heureux". 3 Néphi 27-4 Néphi, 1er janvier 2023. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/come-follow-me-for-home-and-church-book-of-mormon-2024/43?lang=eng>.

Président Russell M. Nelson Président de l'Église. "Le nom correct de l'Église". Conférence générale d'octobre 2018 - L'Église de Jésus-Christ des saints des derniers jours, 7 octobre 2018. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2018/10/the-correct-name-of-the-church?lang=eng>.

Président Russell M. Nelson Président de l'Église. "Le nom correct de l'Église". Conférence générale d'octobre 2018 - L'Église de Jésus-Christ des saints des derniers jours, 7 octobre 2018. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2018/10/the-correct-name-of-the-church?lang=eng>.

Président Russell M. Nelson Président du Collège des douze apôtres. "La joie et la survie spirituelle". Conférence générale d'octobre 2016 - L'Église de Jésus-Christ des saints des derniers jours, 2 octobre 2016. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2016/10/joy-and-spiritual-survival?lang=eng>.

Le président Thomas S. Monson Président de l'Église. "Trouver la joie dans le voyage". Conférence générale d'octobre 2008 - L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 2 octobre 2008. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2008/10/finding-joy-in-the-journey?lang=eng>.

Reyna I. Aburto Deuxième conseillère dans la présidence générale de la Société de secours. "D'un seul accord". Conférence générale d'avril 2018 - L'Église de Jésus-Christ des saints des derniers jours, 1er avril 2018. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2018/04/with-one-accord?lang=eng>.

Reynolds, Noel B. "L'Évangile selon Néphi : An Essay on 2 Nephi 31". L'Évangile selon Néphi : Essai sur 2 Néphi 31 . Consulté le 14 octobre 2024. <https://rsc.byu.edu/vol-16-no-2-2015/gospel-according-nephi-essay-2-nephi-31>.

Richards, Mary, et Mary Richards. "President Nelson Posts About Labels and True Identity", [newsroom.churchofjesuschrist.org](https://newsroom.churchofjesuschrist.org), 21 juillet 2022. <https://newsroom.churchofjesuschrist.org/article/president-nelson-posts-about-labels-and-true-identity>.

Rieker, Megan. "Mère, raconte-moi". Catalogue d'art du Livre de Mormon. Consulté le 14 octobre 2024. <https://bookofmormonartcatalog.org/catalog/mother-tell-me/>.

Sahli, Hajer, Monoem Haddad, Nidhal Jebabli, Faten Sahli, Ibrahim Ouergui, Nejmeddine Ouerghi, Nicola Luigi Bragazzi et Makrem Zghibi. "The Effects of Verbal Encouragement and Compliments on Physical Performance and Psychophysiological Responses During the Repeated Change of Direction Sprint Test (Les effets de l'encouragement verbal et des compliments sur la performance physique et les réponses psychophysologiques pendant le test de sprint avec changement de direction répété)". *Frontiers in Psychology*, 18 février 2022. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8896045/>.

Soixante-dix, Frère Gary B. Sabin De la. "Les caractéristiques du bonheur". Conférence générale d'octobre 2023 - L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 30 octobre 2023. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2023/10/31sabin?lang=eng>.

Smith, Hank. "Be Happy". [www.seagullbook.com](http://www.seagullbook.com). Consulté le 14 octobre 2024. <https://www.seagullbook.com/be-happy.html>.

Solan, Matthew. "Le secret du bonheur ? Voici quelques conseils tirés de l'étude la plus ancienne sur le bonheur." *Harvard Health*, 5 octobre 2017. <https://www.health.harvard.edu/blog/the-secret-to-happiness-heres-some-advice-from-the-longest-running-study-on-happiness-2017100512543>.

Staley, Cameron. "Ce que nous nous sommes trompés sur les 3 Néphites". *LDS Living*, 2 février 2017. <https://www.ldsliving.com/what-weve-been-getting-wrong-about-the-3-nephites/s/84318>.

Tanner, John S. "Répondre aux questions du Seigneur". *Ensign Magazine* avril 2002 - The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 1er avril 2002. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/ensign/2002/04/responding-to-the-lords-questions?lang=eng>.

Tyler J. VanderWeele, PhD. "Association entre le suicide et la fréquentation des services religieux chez les femmes américaines". *JAMA Psychiatry*, 1er août 2016.

[https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/fullarticle/2529152#google\\_vignette](https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/fullarticle/2529152#google_vignette).

Woodworth, Warner P. *The Socioeconomics of Zion*. Consulté le 14 octobre 2024.

<https://rsc.byu.edu/book-mormon-fourth-nephi-through-moroni-zion-destruction/socioeconomics-zion>.

École de médecine de Yale. "The Happiness Project". École de médecine de Yale : Psychiatrie : Education. Consulté le 14 octobre 2024. <https://medicine.yale.edu/psychiatry/education/happiness/>.

## Informations biographiques :



Rebecca Walker Clarke est titulaire d'une licence en psychologie et d'une maîtrise en thérapie conjugale et familiale de la BYU. Elle a été missionnaire à plein temps au Guatemala. Elle a enseigné l'écriture et la rhétorique à temps partiel à la BYU pendant près de vingt ans et a été nommée l'un des 300 meilleurs professeurs des États-Unis par la Princeton Review. Elle a obtenu son doctorat à la BYU dans le domaine du mariage, de la famille et du développement humain, avec un axe de recherche sur l'intersection entre la religion et l'intimité conjugale saine. Elle a publié ses recherches dans des revues à comité de lecture telles que *Family Relations*, *Review of Religious Research* et *Journal of Religion and Health*. Cependant, la plus grande réussite de Rebecca, selon sa mère, est d'avoir participé au podcast Follow Him, ou "Hank and John Show". Rebecca a enseigné au département des sciences de la famille de l'UVU et enseigne actuellement la famille éternelle au département de religion de la BYU. Rebecca est mariée à Sam, et ils sont parents de quatre enfants : Eliza (Matt), Emme (Cooper), Owen et Christian. Elle aime lire, cuisiner et cultiver des fleurs dans son jardin.

## **Avis d'utilisation équitable :**

Le *Follow Him Podcast avec Hank Smith et John Bytheway* peut utiliser du matériel protégé par des droits d'auteur, dont l'utilisation n'a pas toujours été spécifiquement autorisée par le détenteur des droits d'auteur. Il s'agit d'une "utilisation équitable" de ce matériel protégé par des droits d'auteur, conformément à la section 107 de la loi américaine sur les droits d'auteur. Conformément au titre 17 U.S.C. Section 107, le matériel de ce podcast est offert publiquement et sans profit, aux utilisations publiques ou à l'internet pour des commentaires et à des fins éducatives et informatives à but non lucratif. Clause de non-responsabilité en matière de droits d'auteur En vertu de l'article 107 de la loi sur les droits d'auteur de 1976, l'utilisation équitable est autorisée à des fins telles que la critique, le commentaire, le reportage, l'enseignement, l'érudition et la recherche. Dans ces cas, l'utilisation équitable est autorisée.

Aucun droit d'auteur n'est revendiqué.

Le contenu est diffusé à des fins d'étude, de recherche et d'éducation.

Le diffuseur ne tire aucun profit du contenu diffusé. Cela relève des lignes directrices relatives à l'"utilisation équitable" : [www.copyright.gov/fls/fl102.html](http://www.copyright.gov/fls/fl102.html).

## **Remarque :**

The *Follow Him Podcast with Hank Smith and John Bytheway* n'est pas affilié à l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours ni à l'Université Brigham Young. Les opinions exprimées dans les épisodes représentent uniquement le point de vue de l'invité et des podcasteurs. Bien que les idées présentées puissent s'écarter des conceptions ou des enseignements traditionnels, elles ne constituent en aucun cas une critique des dirigeants, des politiques ou des pratiques de l'Église de Jésus-Christ des Derniers Jours.



## 3 Nephi 27-4 Nephi Part 1



GUEST: REBECCA CLARKE

- Hank Smith : 00:00:03 Bonjour, mes amis. Bienvenue dans ce nouvel épisode de followHIM. Je m'appelle Hank Smith. Je suis votre animateur. Je suis ici avec John Bytheway, que je décris ainsi : "Il ne pourrait certainement pas y avoir un coanimateur plus heureux parmi tous les coanimateurs qui ont été créés par la main de Dieu." John, je pense que cela vous correspond parfaitement.
- John Bytheway : 00:00:22 Tout sauf que mon nom n'est pas "Surely", mais je vous remercie. Oui, j'apprécie.
- Hank Smith : 00:00:27 John, savez-vous d'où cela vient ?
- John Bytheway : 00:00:29 C'est un truc du quatrième Néphi, je crois.
- Hank Smith : 00:00:31 Nous allons aborder aujourd'hui les derniers chapitres du troisième Néphi et le seul chapitre du quatrième Néphi. John, vous connaissez le Livre de Mormon mieux que quiconque. Qu'est-ce qui vous vient à l'esprit quand vous pensez à ces chapitres ?
- John Bytheway : 00:00:42 Vous savez, ce que j'aime dans cette histoire, c'est que nous avons ces jours merveilleux où le Sauveur enseigne aux enfants de Léhi. Regardez l'impact lorsque vous avez 2 500 témoins personnels de la résurrection, puis toutes les multitudes qui sont venues le jour suivant. Quel est l'impact d'un tel témoignage du Christ ? La réponse est le quatrième Néphi. Il n'aurait pas pu y avoir de gens plus heureux.
- Hank Smith : 00:01:05 Quel lien formidable, John. Troisième Néphi, les visites de Jésus, Quatrième Néphi, dans certains des premiers versets, le peuple le plus heureux jamais créé par la main de Dieu. Cette séquence peut nous apprendre beaucoup de choses. John, nous sommes aujourd'hui en compagnie du Dr Rebecca Clarke, une enseignante phénoménale. Rebecca, si nous pouvons vous appeler Rebecca ?
- Dr. Rebecca Clarke : 00:01:25 Oui, c'est vrai.

- Hank Smith : 00:01:26 Qu'attendons-nous aujourd'hui en parcourant ces cinq chapitres ?
- Dr. Rebecca Clarke : 00:01:31 C'est ce vers quoi tend tout le Livre de Mormon. Ces chapitres nous montrent comment ils y sont parvenus. Nous entendrons à plusieurs reprises l'invitation à vivre l'Évangile de Jésus-Christ pour devenir comme lui, à entendre le Christ lui-même nous dire ce qu'est l'Évangile. Et lorsque les gens le vivent, ils ont l'amour de Dieu dans leur cœur, et ils deviennent profondément liés à Dieu et à Jésus-Christ, et les uns aux autres. Nous voyons le pouvoir de la connexion et la douleur de la déconnexion. Nous allons accorder une attention particulière aux choses que nous pouvons faire pour être plus heureux dans nos vies et pour avoir plus de liens et d'amour dans nos relations.
- Hank Smith : 00:02:10 Cette journée a l'air géniale, comparée à certaines des leçons que nous avons faites à Helaman, John, les leçons sur les vrais crimes que nous avons faites à Helaman. Cela va faire du bien de parler de bonheur pendant un petit moment. John, le Dr Clarke n'a jamais participé à notre podcast auparavant. Je parie que vous avez une bio pour elle.
- John Bytheway : 00:02:27 C'est vrai. Je suis impatient de lire ceci. Rebecca Walker Clarke est titulaire d'une licence en psychologie et d'une maîtrise en thérapie conjugale et familiale de l'université BYU. Elle a été missionnaire à plein temps au Guatemala. Elle a enseigné l'écriture et la rhétorique à temps partiel à la BYU pendant près de 20 ans et a été nommée l'un des 300 meilleurs professeurs des États-Unis par la Princeton Review. Elle a obtenu son doctorat à la BYU dans le domaine du mariage, de la famille et du développement humain, avec un axe de recherche sur l'intersection entre la religion et l'intimité conjugale saine. Elle a publié ses recherches dans des revues à comité de lecture telles que Family Relations, Review of Religious Research et Journal of Religion and Health. Toutefois, selon sa mère, la plus grande réussite de Rebecca est d'avoir participé au podcast FollowHIM, ou Hank and John Show.
- Hank Smith : 00:03:16 Oh, Ardeth.
- John Bytheway : 00:03:19 Ardeth Walker, merci d'avoir écouté le Hank and John Show.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:03:23 Et elle était tellement excitée quand je lui ai dit qu'on m'avait demandé d'être invitée. Elle a sauté de sa chaise. J'étais au téléphone avec elle et je pouvais l'entendre si heureuse, presque en train de crier de bonheur. Merci pour l'invitation. Je suis vraiment ravie d'être ici.

Hank Smith : 00:03:40 Nous sommes heureux que vous soyez là.

John Bytheway : 00:03:41 Je suis heureux qu'elle nous écoute. Rebecca a enseigné au département des sciences de la famille à l'Université de Victoria et enseigne maintenant la famille éternelle au département de religion de l'Université BYU. Elle est mariée à Sam. Ils ont quatre enfants. Eliza, mariée à Matt. Emmy, mariée à Cooper. Owen et Christian. Elle aime lire, cuisiner et cultiver des fleurs dans son jardin. Elle aime aussi participer au Hank and John Show. Nous sommes donc très heureux de vous recevoir. Merci d'être avec nous.

Hank Smith : 00:04:08 Nous nous sentons très privilégiés de vous avoir parmi nous aujourd'hui. Et Ardeth, nous t'aimons.

John Bytheway : 00:04:14 Oui, nous le faisons.

Hank Smith : 00:04:15 Lisons un extrait du [manuel Viens, suis-moi](#). Il commence ainsi : "Les enseignements de Jésus-Christ sont bien plus qu'une belle philosophie à méditer. Ils sont destinés à nous inspirer pour que nous devenions comme lui. Le livre du quatrième Néphi montre à quel point l'Évangile du Sauveur peut changer les gens. Après le bref ministère de Jésus, des siècles de conflit entre les Néphites et les Lamanites prennent fin. Deux nations connues pour leurs dissensions et leur orgueil sont devenues une seule, les enfants du Christ, et elles ont commencé à avoir tout en commun entre elles. L'amour de Dieu habitait dans le cœur des gens, et il ne pouvait y avoir de peuple plus heureux parmi tous ceux qui avaient été créés par la main de Dieu. C'est ainsi que les enseignements du Sauveur ont changé les Néphites et les Lamanites. Comment vous changent-ils ?" Oh, quelle excellente introduction. Je peux déjà sentir la puissance de cette leçon. Sur ce, Rebecca, comment voulez-vous commencer ?

Dr. Rebecca Clarke : 00:05:08 Je suis ravie de pouvoir aborder ce sujet avec vous aujourd'hui. J'adore le manuel Viens, suis-moi, cette première phrase qui dit que les enseignements de Jésus-Christ sont plus qu'une belle philosophie à méditer. J'y crois de tout mon cœur. Tout mon travail, mes recherches et mon enseignement sur la religion et les relations me conduisent à la même conclusion : lorsque nous vivons ces enseignements, les enseignements de Jésus-Christ, ils rendent nos vies meilleures et plus heureuses.

00:05:38 Nous nous concentrerons beaucoup sur l'application, sur la façon dont la doctrine et les enseignements du Christ peuvent changer nos vies et nos relations. Les chapitres sont conçus de manière à permettre l'application. Nous voyons les gens en apprendre davantage sur la nature de Jésus-Christ, sur son

évangile, sur sa relation avec nous, sur son amour pour les gens, et donc pour nous aussi. Lorsque les gens vivent l'Évangile, ils sont les plus heureux qui soient.

- 00:06:01 Nous allons donc parcourir les chapitres dans l'ordre chronologique, mais avant de commencer, Hank, j'ai remarqué que vous aviez écrit un livre sur le bonheur, [Be Happy : Simple Secrets to a Happy Life](#). Je suis ravi que vous partagiez certains de ces secrets avec nous aujourd'hui. Je ne connais pas encore ces secrets, alors vous allez devoir les partager avec nous tous.
- Hank Smith : 00:06:22 Rebecca, je dois vous dire qu'en parlant de mères, le livre s'est vendu à des dizaines d'exemplaires, principalement à ma mère.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:06:28 Bien évalué. Il y a beaucoup d'étoiles.
- John Bytheway : 00:06:30 J'ai écrit un livre intitulé [How to Be Totally Miserable](#), qui montre à quel point je suis une personne horrible. Il dit : "En fait, nous devrions nous concentrer sur le bonheur."
- Dr. Rebecca Clarke : 00:06:41 Je suis heureuse de m'entretenir avec de tels experts sur ce sujet. Nous allons beaucoup nous amuser.
- Hank Smith : 00:06:45 Nous avons beaucoup de bonheur ici sur Follow Him. Nous sommes des fans.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:06:49 Nous savons que beaucoup de nos questions les plus profondes portent sur les liens et les relations. Nous avons un désir profond d'appartenir à un groupe et d'être aimés. Mon plus jeune fils, qui a aujourd'hui 14 ans, avait environ trois ans lorsque j'étais au téléphone le premier jour des vacances d'été. Je disais à un ami que j'allais emmener mes enfants déjeuner pour fêter le premier jour de l'été. Christian se tenait devant moi, les yeux rivés sur moi, pendant que je terminais la conversation téléphonique. Lorsque j'ai raccroché, il m'a demandé, avec un tel sentiment de désir et d'espoir : "Est-ce que je suis l'un de tes enfants ?"
- 00:07:28 Lorsque je lui ai dit "Oui, tu es un de mes enfants", il était très heureux. Non seulement il était heureux que nous puissions aller au restaurant, ce qui était un plaisir pour notre famille, mais il savait aussi qu'il faisait partie de notre famille. Il s'imprégnait de toute la sécurité, de l'amour, de la paix et de la connexion que cela signifiait pour lui. Cette relation signifiait pour lui.

- 00:07:50 Pour commencer, j'ai dit que nous irions dans l'ordre chronologique, mais je veux examiner la fin depuis le début. Encore une fois, j'ai une formation en sciences sociales. Je vais vous parler de recherches et de pratiques thérapeutiques intéressantes tout au long de notre leçon d'aujourd'hui, mais je voudrais commencer par des recherches sur le bonheur. Ces deux idées peuvent guider notre discussion d'aujourd'hui.
- 00:08:10 [Des chercheurs de Yale spécialisés dans le domaine du bonheur](#) ont découvert que les gens ne sont pas très doués pour prédire ce qui les rendra heureux, ce qui pourrait être l'une des raisons pour lesquelles nous ne nous sentons pas plus heureux parce que nous voulons l'être. Certains chercheurs pensent que nous portons encore en nous des vestiges de notre passé évolutif lorsque nous essayons de trouver le bonheur, en nous appuyant sur des comportements qui ne sont plus utiles. Il fut un temps où thésauriser ou consommer était une question de vie ou de mort, par exemple, ou encore où le fait d'avoir du pouvoir ou un statut sur quelqu'un d'autre pouvait signifier qu'en cas de nécessité, nous pouvions pousser plus fort.
- 00:08:51 L'être humain a toujours tendance à penser qu'il atteindra le bonheur par des moyens tels que la consommation effrénée, l'accumulation de richesses, la validation sur les médias sociaux, la célébrité, l'acquisition de pouvoir par l'un ou l'autre de ces moyens ou la pratique d'activités excessives telles que le visionnage en boucle de programmes télévisés. Mais les chercheurs ont expliqué que ces activités nous épuisent, nous mettent en mauvaise santé et nous rendent solitaires. Les êtres humains ne sont pas les mieux placés pour prédire ce qui les rend heureux.
- 00:09:19 Le deuxième élément de recherche intéressant est une étude remarquable menée à [Harvard](#). Ils ont mené la plus longue étude sur le bonheur humain, et les résultats viennent d'être publiés il y a environ un an. L'étude suit les participants depuis 1938. Les chercheurs ont examiné toutes sortes de facteurs liés au bonheur et au bien-être, tels que la santé, la richesse, la célébrité, le statut, des choses dont on pourrait penser qu'elles nous rendent heureux, l'endroit où les gens vivent, leurs possibilités d'emploi, etc. Ils ont constaté que le facteur le plus fortement associé au bonheur et au bien-être au cours d'une vie était la qualité des relations interpersonnelles.
- 00:10:03 Nous voyons cette preuve du pouvoir de la qualité relationnelle, de ce lien entre la qualité relationnelle et le bonheur, dans Quatrième Néphi également. J'aimerais vous lire quelques-uns des termes utilisés pour décrire les personnes les plus

heureuses, et il est vraiment intéressant de réfléchir à la façon dont ils sont liés et basés sur les relations.

- 00:10:27 Dans le Quatrième Néphi, il est dit que les gens ont été baptisés, convertis. Il n'y avait pas de dispute, tout était en commun, il n'y avait pas de riches ou de pauvres, d'esclaves ou d'hommes libres, ou d'autres distinctions créées par l'homme. Ils étaient mariés, ils se réunissaient souvent, l'amour de Dieu était dans leur cœur, ils ne faisaient qu'un. Ce sont là de riches termes de connexion, et la plupart des descriptions du bonheur des gens dans Quatrième Néphi sont axées sur la qualité de leurs relations avec Dieu et les uns avec les autres.
- 00:11:03 Après les 200 ans de bonheur, lorsque le peuple a cessé de vivre l'Évangile à la fin de Quatrième Néphi, nous voyons la déconnexion lorsqu'ils cessent d'être heureux, et cela peut être instructif pour nous aujourd'hui également.
- 00:11:15 Quand ils passent du bonheur au malheur, voici les termes utilisés pour décrire les gens : orgueil, vêtements coûteux, belles choses du monde, biens qui ne sont plus en commun, divisés en classes, obtenir des gains. Satan s'est emparé de leurs cœurs, a exercé son pouvoir et son autorité sur eux, les a jetés en prison, a cherché à les tuer.
- 00:11:39 La thèse de notre leçon d'aujourd'hui est que vivre l'Évangile de Jésus-Christ nous aide à entrer en relation avec Dieu et les uns avec les autres, et ces relations seront ce qui rendra le ciel "céleste", et nous pouvons avoir un peu de ce ciel sur terre si nous faisons les choses que les gens ont faites dans les troisième et quatrième néphi. Lorsque nous perdons cela, nous dérivons vers la division et l'isolement.
- Hank Smith : 00:12:06 Wow, attendez une seconde. Laissez-moi rassembler mes idées parce que j'adore ça. L'exercice du pouvoir et de l'autorité, rien ne peut tuer les relations comme cela.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:12:16 Nous sommes parfois attirés par ce genre de réaction instinctive. Nous pouvons avoir peur de la déconnexion, et donc nous entrons dans "Peut-être que je peux contrôler".
- Hank Smith : 00:12:26 Je vais contrôler cela pour une relation saine.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:12:28 Nous ne savons pas nécessairement comment nous connecter. Nos parents nous l'enseignent, mais surtout, l'Évangile de Jésus-Christ nous l'enseigne.

- John Bytheway : 00:12:40 J'aime ce que vous avez dit, Rebecca, et cela m'a rappelé [Frère Holland](#) à Rexburg en 2014. Il a donné une conférence sur le bonheur. J'ai adoré cette déclaration : "La meilleure chance d'être heureux est de faire les choses que font les gens heureux", et vous venez de nous donner point par point ce qu'ils faisaient dans Quatrième Néphi, ce qui a eu pour résultat que, certainement, il ne pouvait pas y avoir de gens plus heureux. Frère Holland a poursuivi : "Vivez comme les gens heureux, suivez le chemin que suivent les gens heureux, et vos chances de trouver la joie dans des moments inattendus, de trouver la paix dans des endroits inattendus, de trouver l'aide des anges alors que vous ne saviez même pas qu'ils savaient que vous existiez, s'améliorent de façon exponentielle".
- Hank Smith : 00:13:21 Lorsque j'ai écrit le livre que vous avez mentionné, Rebecca, j'ai surtout retenu que le bonheur et le cercle social sont des jumeaux. Tout est une question de relations, et vous avez raison, nous ne le pensons pas. Lorsque je dis qu'untel ou untel a si bien réussi, nos pensées automatiques ne vont pas vers les relations. Nous nous disons : "Oh, il a réussi. Il doit avoir une grande maison. Il doit avoir de belles voitures", mais ce n'est pas de là que vient le bonheur. Ce n'est pas là que se trouve le succès. Si je devais dire "John a tellement réussi", dans mon esprit, il a des relations, des amis et une famille incroyables qui l'entourent.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:14:01 Oui. Nous voyons le Christ vers la fin de sa visite, et il dit aux disciples néphites : "Vous et les gens après vous allez avoir 200 ans de bonheur et de grandes relations." Puis il commence à prévoir comment ils le perdront, et la première chose qu'il dit est qu'"ils me vendront pour de l'argent et de l'or". Chaque fois que nous faisons passer des choses avant nos relations, qu'il s'agisse de notre emploi, de nos voitures importantes ou de nos vêtements cool et coûteux, nous nous dévalorisons. Nous recherchons des choses que la mite et la poussière peuvent corrompre, des choses qui disparaîtront. Ce qui compte vraiment, ce sont les relations.
- 00:14:42 Tendre pour moi, mais j'aimerais faire partager l'importance des relations et leur rôle fondamental dans notre bonheur et notre idée du paradis. J'ai perdu mon frère il y a environ neuf mois. C'était une crise cardiaque, et c'est arrivé sans crier gare. Lorsque je pense au paradis, je ne pense pas au travail que j'aurai, au titre que j'aurai obtenu ou à la harpe dont je jouerai. Ce qui compte, c'est de savoir avec qui je serai. Il s'agit de ces liens. Nos liens sont importants, et ils ne comptent pas seulement pour nous dans l'éternité. Elles comptent pour nous dès maintenant. Dans ces chapitres, nous voyons les

magnifiques conseils de Jésus-Christ. Il nous montre comment être en relation, comment être connecté, puis il nous encourage à rester connectés à lui et à être connectés les uns aux autres. Nous aspirons à cette connexion. Lorsque nous sommes jeunes, c'est une question de survie. Lorsque nous sommes plus âgés, c'est une question de bonheur.

00:15:42 J'étais au Guatemala depuis dix semaines dans le cadre de ma mission lorsque ma tranquille et bien-aimée formatrice du Wisconsin a été transférée. Je m'étais accrochée à elle. Elle était ma bouée de sauvetage, elle m'aidait à rester saine d'esprit et à m'adapter à tous ces nouveaux environnements, situations et tout le reste. Lors de la conférence de mutation, je me suis retrouvée avec ma deuxième compagne, une sœur grégaire du Honduras qui ne parlait pas anglais. Hermana Martinez et moi sommes rentrées chez nous dans le bus bondé, tandis qu'elle discutait avec tout le monde autour de nous dans son espagnol rapide, tandis que j'étais assise dans un silence total, ressentant de plus en plus de désespoir au fur et à mesure que nous descendions la pente, et je me disais : "C'est de pire en pire. Je m'enfoncé." Je n'arrivais pas à comprendre la langue autour de moi et je me sentais de plus en plus isolée.

00:16:30 Lorsque nous sommes arrivés dans notre appartement en parpaings, je me suis tenu devant elle et je lui ai dit dans mon espagnol frustré et maladroit : "Ce côté de la pièce est le tien et ce côté est le mien", puis j'ai commencé à pleurer parce que ma nouvelle compagne allait parler espagnol et seulement espagnol, et je me sentais si seul. Je me sentais tellement isolée. Hermana Martinez savait que je pleurais le départ de ma formatrice bien-aimée, car je ne voulais pas qu'elle prenne la place de ma formatrice. J'ai baissé les yeux vers ses pieds par honte. Au lieu de m'ignorer ou de reculer devant mon impolitesse et ma douleur, elle m'a tendu la main et a essuyé les larmes de mon visage avec ses pouces, en disant : "Hermana, Hermana. Tout va bien."

00:17:21 Lorsque je pense aux actes semblables à ceux du Christ que j'ai reçus tout au long de ma vie, je reviens souvent à ce simple moment. Elle ne me connaissait pas assez bien pour m'aimer pour moi, et je n'étais pas très aimable à ce moment-là, mais elle m'a tendu la main dans l'amour et la connexion. Elle avait l'amour, j'en suis sûr, de Dieu dans son cœur. Nous voyons le Christ faire cela, tendre la main à des personnes qui ne sont pas particulièrement aimables. Nous voyons le père du fils prodigue courir vers son fils égaré pour l'embrasser. Nous voyons des gens, et nous faisons l'expérience de gens qui apprennent à aimer et qui se tendent la main dans l'amour, comme nous le

voyons dans nos Écritures aujourd'hui et comme nous le voyons tout autour de nous. Hermana Martinez a fini par être l'une de mes compagnes préférées et les plus amusantes. L'évangile de Jésus-Christ est un évangile de connexion. Grâce à lui, nous pouvons apprendre à nous connecter plus pleinement à Jésus-Christ et aux autres.

John Bytheway :

00:18:19

Il y a quelques années, j'ai lu quelque chose dans le journal. Je ne sais pas si l'un d'entre vous se souvient de George Herbert Walker Bush et de [Barbara Bush](#), mais cette dernière devait prendre la parole à Wellesley à l'occasion d'une remise de diplômes. Il s'agissait d'une université réservée aux filles et, d'après ce que j'ai compris, certaines étudiantes disaient que Barbara n'avait pas de diplôme. Devrions-nous la reconnaître ? Mais elle est venue, et c'est exactement ce dont vous parliez, les relations et le bonheur. C'était tellement profond.

00:18:48

Il a été publié dans le Provo Daily Herald. Voici ce qu'elle a dit. Tout en exhortant les diplômés à poursuivre une carrière professionnelle s'ils le souhaitent, Mme Bush a lancé un avertissement : "À la fin de votre vie, vous ne regretterez jamais de ne pas avoir réussi un examen de plus, d'avoir gagné un verdict de plus ou de ne pas avoir conclu une affaire de plus. Vous regretterez le temps que vous n'aurez pas passé avec un mari, un enfant, un ami ou un parent. Ce que vous pensez être source de bonheur aurait pu être ces choses, j'ai réussi un examen de plus. J'ai gagné un autre verdict. J'ai conclu une autre affaire." Et elle dit : "En fait, c'est le temps que vous n'avez pas passé dans une relation."

Hank Smith :

00:19:25

C'est une chose que [Joseph Smith](#) a beaucoup enseignée. Il a dit : "L'amitié est l'un des grands principes fondamentaux du mormonisme." Il s'adressait à un groupe d'hommes. Il a dit : "L'amitié, c'est comme frère Turley dans son atelier de forgeron, qui soude le fer au fer." Beaucoup d'entre nous connaissent la section 130. John, je parie que vous pourriez me la citer : "La même socialité qui existe parmi nous ici", en parlant de la Terre, "existera parmi nous là-bas", au paradis. "Seulement, elle sera associée à la gloire éternelle." Ce seront des relations, encore mieux. On dirait des relations sous stéroïdes.

00:20:04

Je ne l'oublierai jamais. J'étais dans une classe de comptabilité à l'université de St. George. Mon professeur, Nate Staley, l'un des meilleurs professeurs que j'ai eus tout au long de ma carrière universitaire, un étudiant de notre classe, je crois qu'il s'appelait James, est arrivé un peu en retard après une pause. C'était une petite classe, et le Dr Staley a dit : "Qu'est-ce qui se passe, James ?" Et il a répondu : "Eh bien, mon père est ici. Il est venu.

Il espérait aller déjeuner, mais ce n'est pas grave. Je lui ai dit que je ne pouvais pas venir."

- 00:20:31 Dr. Staley, il a arrêté toute la classe. Il a dit : "Vous partez tout de suite et vous allez déjeuner avec votre père." Et nous étions tous un peu "Wow". Il nous a raconté comment il avait perdu son père à l'âge de 14 ans dans un accident agricole, et il a dit : "Je donnerais n'importe quoi pour aller manger avec mon père, alors allez-y tout de suite." C'était une leçon profonde. Je pense que je m'en souviens plus que tout. Je suis tellement bon en comptabilité que je suis devenu professeur de religion. Ce jour-là, il m'a appris bien plus que la comptabilité.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:21:08 C'est vraiment génial. Je pense que nous pouvons tirer des leçons sur les relations tout autour de nous. Le chapitre 27 du Troisième Néphi s'ouvre sur ce qui semble être un problème administratif dans l'Église, mais que je vois de plus en plus comme un problème de relations. Le Christ s'adresse ici aux douze disciples néphites, et leur question est de savoir comment appeler l'Église.
- 00:21:30 Pour être honnête, avant que [le président Nelson](#) ne nous redirige sur le nom de l'Église, je n'avais jamais pensé qu'il s'agissait d'un problème, même si nous recevons ce conseil de Jésus-Christ lui-même dans ce chapitre. C'était très bien d'être mormon. Je pensais que c'était très bien. J'étais heureux de l'être.
- 00:21:45 Mais j'aime la façon dont le président Nelson nous a rappelé que le nom de l'Église est une question importante parce que nous pouvons apprendre quelque chose sur la nature du Christ ici, je pense, et sur sa relation avec nous. En ce qui concerne le nom complet de l'Église, nous allons examiner le nom de l'Église rétablie de nos jours, tel qu'il a été révélé à Joseph Smith dans les Doctrine et Alliances. C'est à la section 115, verset 4. John, si vous pouviez lire cela pour nous.
- John Bytheway : 00:22:11 "Car c'est ainsi qu'on appellera mon Église dans les derniers jours, l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:22:19 Maintenant, je voudrais que vous regardiez ceci pendant une seconde. Avez-vous remarqué quelque chose à propos de la majuscule dans l'un des mots du titre du nom de l'église ?
- John Bytheway : 00:22:30 "The" est en majuscule, Church" est en majuscule, Jesus Christ" est en majuscule, Latter-day" est en majuscule, Saints" est en majuscule.

- Dr. Rebecca Clarke : 00:22:39 Cette majuscule à " Le " est, bien sûr, une entorse à la norme grammaticale dans un titre, mais parce que c'est ainsi que le Seigneur l'a révélé à Joseph Smith, nous continuons à mettre la majuscule dans nos guides de style et dans nos écritures et autres. Nous mettons une majuscule à "Le", et nous savons que "Le" met l'accent sur la singularité de la chose. Il ne peut y avoir qu'une seule chose. La plus grande ville des États-Unis est New York. J'aime le fait que ce soit l'Église de Jésus-Christ. Nous avons donc ce premier "de", qui est magnifique, et nous allons en parler encore davantage. Mais il y a aussi le deuxième "de". C'est parfois ce que je laisse de côté, "des Saints des Derniers Jours". Le Sauveur lui-même nous a donné le nom de son Église.
- 00:23:31 Le nom de l'Eglise contient les éléments nécessaires à notre salut et à notre exaltation. Il indique où nous devons nous concentrer le plus, c'est-à-dire sur nos relations. Premièrement, nous avons besoin de Jésus-Christ, de son autorité et de sa puissance pour notre salut, et deuxièmement, pour l'exaltation, nous avons besoin les uns des autres. [Le président Nelson](#) en a parlé. Il a dit : "Le salut est une affaire individuelle", ce qui concerne donc nos relations personnelles avec Jésus-Christ. Ensuite, "l'exaltation est une affaire de famille", ce qui concerne nos relations mutuelles. Nous avons littéralement besoin les uns des autres, et j'aime la façon dont le nom complet de l'Église rétablie est axé sur les relations.
- Hank Smith : 00:24:19 J'aime beaucoup cela. Rebecca, beaucoup de gens, je pense, ne savent pas qu'en 1830, le nom de l'Église était l'Église du Christ, puis en 1834, l'Église des Saints des Derniers Jours. Puis en 1838, ici, ce que vous nous avez montré, l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours. Dans mon esprit, je vois une sorte de conversation qui se déroule ici. Quel est le nom de l'Église ? "Eh bien, c'est le vôtre, Seigneur." "D'accord, et vous ?" "Eh bien, d'accord, c'est le nôtre." Puis, en 1838, le Seigneur dit : "Et si c'était nous tous ?"
- John Bytheway : 00:24:50 En visitant le temple de Kirtland, beaucoup de gens lèvent les yeux et disent : "Comment se fait-il qu'il y ait écrit "Église des Saints des Derniers Jours" ? Et il faut passer par cette étape, car lorsqu'ils ont installé le temple de Kirtland, ils l'ont appelé l'Église des Saints des Derniers Jours. J'aime aussi ce que j'ai entendu dire par notre ami Brad Wilcox, qui a participé au podcast. Il dit : "Nous voulons que nos jeunes en arrivent au point où ils ne disent pas : 'C'est l'église de ma mère, de mon père, de mon grand-père.' C'est mon église. C'est mon église." J'adore les deux "de". Je suis vraiment heureuse, Rebecca, que vous les ayez soulignés. C'est la sienne, et c'est la nôtre. C'est mon église. C'est son église et c'est mon église.

Hank Smith : 00:25:24 Si c'était à moi, Rebecca et John, je dirais probablement "L'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours".

John Bytheway : 00:25:32 Saints des derniers jours. Je sais. S'appeler "saints", c'est un peu comme dire : "J'y travaille."

Hank Smith : 00:25:37 Vraiment en train d'essayer.

Dr. Rebecca Clarke : 00:25:38 C'est vraiment très exagéré. Vous savez, et c'est ce que nous faisons. Nous voyons la douceur du Christ dans l'inclusion, nous permettant de faire partie de cela. C'est vraiment une belle chose, la façon dont il se rapporte à nous, même dans notre faiblesse. Et je ressens la même chose. Il est intéressant de noter qu'au chapitre 27, même si le Christ parle de l'Église et de l'Évangile comme de deux choses distinctes, nous avons l'Église, les gens qui la composent, et l'Évangile, que l'on peut probablement mieux définir comme les enseignements du Christ. Il indique que l'Église doit être totalement liée à l'Évangile pour bénéficier de la puissance de Dieu. C'est un grand cadeau pour nous, qui n'est pas basé sur nos meilleures idées, mais sur Jésus-Christ.

00:26:22 Nous lisons au verset 10 : "S'il se trouve que l'Eglise est édiflée sur mon Evangile, alors le Père montrera ses propres oeuvres." Une partie de ce qui rend ces gens si heureux dans le Quatrième Néphi est cette idée qu'ils n'essaient pas de changer les termes ou de créer les termes, en faisant leurs propres meilleures suppositions sur ce qui apportera le salut, l'exaltation ou le vrai bonheur. Ils n'essaient pas de créer une église, et le Christ leur dit : "S'il vous plaît, ne le faites pas", selon leurs meilleures idées, car nous savons que nos meilleures idées sont souvent insuffisantes.

00:26:58 Une petite histoire amusante sur nos idées qui ont peut-être raté le coche. Il y a des années, nous faisons une randonnée avec nos enfants lorsqu'ils étaient petits. Ma deuxième fille, Emmy, avait environ quatre ans, et nous sommes finalement arrivés à notre destination, qui était une petite chute d'eau. Emmy se tenait là, les mains sur les hanches, regardant fixement cette chute d'eau. Mon mari, Sam, lui a demandé : "Tu n'es pas contente que nous soyons arrivés jusqu'à la cascade ? Elle a répondu : "Non, je serais heureuse s'il y avait un arc-en-ciel et une licorne, si l'eau était rose et s'il y avait un petit nuage au-dessus".

John Bytheway : 00:27:35 C'est très précis.

- Dr. Rebecca Clarke : 00:27:36 Ce qui l'aurait rendue heureuse à ce moment-là, c'est de voir un épisode de Mon Petit Poney prendre vie dans le Rock Canyon, quelque chose d'un peu plus flashy que ce qu'il y avait là. Le Christ nous a dit que nous sommes mieux lotis et que nous serons plus heureux lorsque nous reconnaitrons que ce n'est pas nous qui sommes chargés de fixer les conditions, parce que le Père céleste peut voir beaucoup plus clairement et plus loin que nous.
- 00:28:03 [Frère Holland a](#) parlé de notre participation à l'église et de l'idée de devenir meilleur, non pas selon nos propres idées, car elles sont souvent limitées, mais selon la vision illimitée de notre Père céleste. Il dit : "Venez comme vous êtes", dit un Père aimant à chacun d'entre nous, mais il ajoute ensuite : "N'envisagez pas de rester comme vous êtes". Nous sourions et nous nous rappelons que Dieu est déterminé à faire de nous plus que ce que nous pensions pouvoir être. L'Évangile de Jésus-Christ nous offre une chance de devenir plus que ce que nous aurions pu être naturellement.
- 00:28:35 L'une des choses que j'apprécie dans l'Évangile de Jésus-Christ, c'est que je ne me limite pas lorsque j'y participe. Je ne me limite pas à mes propres idées, quelles qu'elles soient, sur la bonté ou le bonheur à un moment donné. Il est basé sur des idées éternelles.
- Hank Smith : 00:28:53 Rebecca, si je peux vous poser une petite question puisque vous êtes notre experte en relations, lorsque le Sauveur arrive dans 3 Néphi 27, ils jeûnent et prient pour qu'il arrive, et c'est ce qu'il fait. Il leur avait dit que s'ils avaient vraiment besoin de lui, il serait là, et c'est ce qu'il fait. Et ils ont dit : "Seigneur, nous avons besoin de connaître le nom de l'église." C'est le verset 3 : "Car il y a des disputes parmi le peuple à ce sujet." Cela semble être sa première préoccupation au verset 4.
- 00:29:24 Pourquoi les gens murmurent-ils et se disputent-ils à cause de cette chose ? Cela me rappelle 3 Néphi 11. John, vous vous en souvenez, l'une des premières choses qu'il leur dit est : "L'esprit de dispute n'est pas de moi, mais il est du diable, qui est le père de la dispute." Il dit : "Je ne veux plus de dispute." C'était spécifique au baptême, alors peut-être qu'ils ont pensé : "D'accord, plus de dispute au sujet du baptême, mais on peut se disputer pour tout le reste." Il revient et ils murmurent et se disputent à ce sujet. Pourquoi murmurons-nous et nous disputons-nous ? Pouvez-vous m'apprendre à ne pas murmurer et à ne pas me disputer, surtout pour des choses comme... ? Ce n'est pas une petite chose, mais je vois le Seigneur dire : "Vraiment ? Tu murmures et tu te disputes pour cette chose ?"

- Dr. Rebecca Clarke : 00:30:11 Si nous revenons au chapitre 26, au verset 21, à la toute fin de [3 Néphi 26 : 21](#), il est dit : "Et ceux qui furent baptisés au nom de Jésus furent appelés l'Église du Christ." Cela me semble indiquer qu'ils avaient ce nom, puis qu'ils l'ont perdu. Je m'interroge sur cette petite interaction. Je m'interroge sur ces disputes. Je vois la douceur de Jésus-Christ lorsqu'il dit : "Si vous appelez l'Église du nom d'un homme", ils le faisaient peut-être selon le modèle, ou peut-être s'agit-il d'une question éditoriale, et peut-être ne le faisaient-ils pas, mais il y a des preuves qu'ils le faisaient peut-être correctement. Le Christ arrive, et quelqu'un change les choses. Quelqu'un commence à penser : "Je pense que j'ai une idée vraiment géniale. Nous allons les appeler les Mormons", ou quoi que ce soit d'autre, ou Moïse est l'exemple que le Christ utilise. Je me demande si ce n'est pas l'un d'entre eux qui a essayé de dire : "On pourrait peut-être leur donner mon nom."
- 00:31:13 Dans ces versets, je trouve très belle la façon dont Jésus-Christ n'interpelle pas un individu en particulier en lui disant : "Tu as commencé ces disputes, Josaphat, et tu ne peux pas donner ton nom à l'église". Je ne vais pas faire en sorte que votre nom soit enregistré à jamais dans les écritures comme étant celui du type qui voulait que l'église porte son nom.
- 00:31:35 Les disputes, nous les voyons dans la chute du peuple dans le quatrième Néphi. Cela commence par l'orgueil. C'est vrai, et cette déconnexion commence par le fait de se considérer comme plus important que quelqu'un d'autre. Nous avons une meilleure idée. Nous sommes différents de vous. Je suis meilleur que vous. C'est de mon nom que l'église devrait s'inspirer. Nos attitudes sont incroyablement puissantes et importantes, surtout lorsque nous parlons de bonheur. Nous parlerons un peu plus tard de la manière dont nous choisissons le bonheur, et nous pouvons souvent en faire un choix. Les disputes viennent du fait que nous nous plaçons au-dessus d'une autre personne.
- Hank Smith : 00:32:15 Rebecca, j'ai besoin de savoir comment ne pas avoir de disputes dans mon mariage et dans mes relations. J'ai aussi besoin que vous m'enseigniez comment faire pour que mes enfants n'aient pas de conflit entre eux. Je suis sûr que c'est une chose très simple à résoudre pour vous, n'est-ce pas ?
- Dr. Rebecca Clarke : 00:32:30 En effet. La réponse est très facile, Hank, et je suis heureuse que vous ayez posé la question. Nous allons examiner ce point très attentivement, car lorsque nous voyons les gens les plus heureux dans Quatrième Néphi, nous voyons que la qualité ou la caractéristique de leurs relations qui est mentionnée le plus souvent est qu'ils n'ont pas de dispute. On dit que les Écritures

le mentionnent quatre fois. Il n'y avait pas de dispute. Il n'y avait pas de dispute. C'est très important. Souvent, il s'agit de la façon dont nous voyons l'autre personne. Nous allons parler de quelques façons très intéressantes de nous voir les uns les autres dans les relations et de la façon dont le Christ nous voit.

Hank Smith : 00:33:09

D'accord, je suis enthousiaste. Ceux d'entre vous qui écoutent et qui n'ont aucune contestation dans leur vie, vous n'êtes pas obligés de continuer à écouter, mais pour tous les autres, nous devrions peut-être rester jusqu'à la fin parce que je suis impatient d'entendre cette partie.

Dr. Rebecca Clarke : 00:33:23

Oui, cela va être une partie très amusante. Ensuite, l'église porte le nom de Jésus-Christ et nous avons établi que l'église doit être fondée sur l'Évangile de Jésus-Christ. Le Christ enseigne l'Évangile aux gens au [chapitre 27](#). Il l'a déjà fait, alors il le fait à nouveau. C'est une répétition de ce qui s'est passé plus tôt dans le troisième Néphi. La recette de l'Évangile, nous la voyons répétée si souvent dans ces chapitres. C'est vraiment impressionnant. Je veux regarder attentivement et disséquer la clé du bonheur pour que nous puissions continuer à nous y appuyer parce que c'est la bonne nouvelle ici. Nous l'entendons de sa bouche.

00:34:01

L'Évangile nous est donné si clairement, et il nous est donné en utilisant un [procédé littéraire que l'on trouve](#) dans la Bible et qui consiste à placer des éléments similaires au début et à la fin d'un ouvrage ou d'une section, et que l'on appelle l'Inclusio. Par exemple, il est placé entre les versets 13 et 21, et je vais lire l'ouverture et la fermeture, c'est-à-dire les livres autour de ce que le Christ va nous enseigner. Le verset 13 dit : "Je vous ai donné mon Évangile, et c'est ici l'Évangile que je vous ai donné". Verset 21 : "Je vous dis que c'est là mon Évangile, et que vous savez ce que vous devez faire dans mon Église." Il termine cette enveloppe d'informations, ce paquet d'informations, et c'est si puissant et si aimant d'entendre le Christ lui-même prononcer la bonne nouvelle.

00:34:52

Ces versets sont magnifiques à lire d'un bout à l'autre. J'encourage les auditeurs à faire de même avec 3 Néphi 27:13-21. Je voudrais souligner quelques points. Nous apprenons vraiment la nature de Jésus-Christ ici, et nous savons que le fait de voir, d'interagir, d'apprendre, de connaître et d'aimer Jésus-Christ est ce qui peut nous changer, changer nos comportements plus qu'une étude du comportement ne peut changer nos comportements.

- 00:35:20 D'emblée, lorsque le Christ commence à parler de son évangile, nous voyons quelque chose d'important sur sa nature. Il nous dit : "Je suis venu dans le monde pour faire la volonté de mon Père." C'est aussi, et ce n'est pas une coïncidence, la façon dont le Christ s'est présenté lorsqu'il est arrivé pour la première fois dans le troisième Néphi. Il le répète ici, en substance : "J'obéis à mon Père qui est aux cieux." L'obéissance a été appelée la première loi du ciel.
- 00:35:46 Nous pouvons aborder cette question en disant : "Voici la recette du bonheur. Il ne s'agit pas de mes meilleures idées. C'est Jésus-Christ lui-même qui nous dit comment être heureux." L'obéissance est la première bifurcation sur la route. Si nous ne parvenons pas à faire cette partie, il est difficile de faire le reste. En fait, cela me rappelle l'époque où ma fille aînée, Eliza, apprenait à conduire. C'était la première fois qu'elle essayait de prendre l'autoroute. Nous sommes sur la bretelle d'accès. Elle atteint la vitesse de l'autoroute, s'insère dans la circulation, lorsqu'elle demande : "Ces voies sont-elles strictes ?". Je me suis dit : "Si nous ne sommes pas obéissants, il sera difficile d'aller quelque part." "A quel point sont-elles strictes ?" "Assez strictes."
- John Bytheway : 00:36:30 Oui, c'est vrai. Ils sont assez importants, en fait.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:36:31 En fait, ce morceau d'obéissance, ce fait de rester dans la voie est très important. Au fur et à mesure que le Christ nous dévoile son Évangile, nous découvrons davantage sa nature, et il nous donne une belle image de lui-même, élevé sur la croix par des hommes. Et il s'agit d'une élévation cruelle. Dans Troisième Néphi 27:14, le Christ dit : "Et mon Père m'a envoyé pour que je sois élevé sur la croix, et après que j'ai été élevé sur la croix, pour que j'attire tous les hommes à moi." Le résultat de cette cruelle élévation est si aimant. Il dit ici que la raison pour laquelle il l'a fait était de nous attirer tous à lui. Il est venu pour entrer en relation avec nous. Il est venu se lier à nous. Ce n'était pas seulement par obéissance, mais le résultat de cette obéissance était une relation.
- 00:37:29 [Daniel Becerra](#), dans son excellent petit livre intitulé A Brief Theological Introduction to Third and Fourth Nephi (Une brève introduction théologique aux troisième et quatrième néphi), a une très belle idée à ce sujet que j'aimerais partager. Il dit que les habitants des Amériques attendaient avec impatience de rencontrer un Christ parfait, un être ressuscité, comme cela a été enseigné dans Alma, où pas un cheveu de notre tête ne sera perdu et où tout sera rétabli dans son cadre parfait et approprié. Et c'est ce Christ ressuscité qu'ils attendaient, un

Christ sans défaut, et lorsqu'il arrive, il vient avec des preuves de sa blessure. L'une des premières choses qu'il fait est de montrer aux gens qu'il a été blessé.

00:38:12 Je vois cette élévation du Christ, qui nous attire à lui, d'au moins deux façons. Premièrement, il nous dit : "Je sais que la vie va faire mal. Même si vous êtes vraiment, vraiment bon, vous aurez des gens qui se disputeront avec vous, et je sais que vous aurez des conflits de temps en temps, et ces choses-là vont vraiment faire mal. Vous allez même faire l'expérience d'une perte et d'une douleur inimaginables". Mais il dit aussi : "Je l'ai surmonté. Si vous venez à moi, vous le pouvez aussi."

00:38:45 Puis il nous dit comment. L'évangile, au verset 16, nous donne le modèle de l'évangile. Il est très simple, tel qu'il apparaît dans ces chapitres. Il s'agit de se repentir, d'être baptisé, d'endurer jusqu'à la fin. Nous devons être prêts à nous repentir. Nous devons être prêts à affronter ce qui n'est pas le meilleur en nous. Une partie de la réponse à la question de savoir pourquoi nous avons des conflits est que les personnes qui nous entourent ne sont pas parfaites. Devinez quoi ? Nous non plus. Nous avons deux pièces de ce puzzle imparfait, mais plus nous sommes disposés à nous repentir, à confronter les parties de nous qui sont guidées par l'ego, plus nous nous réorientons vers Dieu, mieux ce sera. Et le repentir est relationnel parce qu'il s'agit littéralement de se tourner vers Dieu.

00:39:36 Dans son livre, Daniel Becerra dit : "L'une des caractéristiques du discipulat chrétien est le changement, la réorientation persistante du moi vers Dieu." Ensuite, nous sommes censés être baptisés. Notre alliance baptismale consiste à entrer dans une relation avec Dieu et avec les autres. Le baptême est relationnel parce que c'est le mécanisme par lequel nous rejoignons la famille de Dieu, et il n'est pas le seul membre de la famille. Nous avons les personnes sur l'axe horizontal et l'axe vertical. Ensuite, nous sommes censés être sanctifiés.

00:40:06 Lorsque nous voyons cette recette de l'évangile répétée dans ces chapitres, elle dit repentez-vous, soyez baptisés, et ensuite elle dira quelque chose de légèrement différent à chaque fois, supportez jusqu'à la fin, soyez sanctifiés, recevez le Saint-Esprit, devenez comme un petit enfant. Cette partie de l'Évangile signifie qu'il ne faut pas abandonner, qu'il ne faut pas s'arrêter, qu'il faut persévérer, qu'il faut continuer à essayer. Si nous faisons ces choses, au verset 22, nous lisons les paroles pleines d'espoir du Christ : "Si vous faites ces choses, vous serez bénis". C'est un écho de la première élévation. Il dit : "Car vous serez élevés au dernier jour." Il ne s'agit pas d'une élévation cruelle. Il

parle de nous élever à cause de son élévation. Il parle de nous élever vers Dieu parce qu'il nous a montré le chemin. Nous sommes élevés au-dessus de toute la douleur et de toute la perte parce qu'il y est allé le premier et qu'il l'a vaincu.

00:41:03 Et c'est là la bonne nouvelle. Nous lisons au verset 27 : "Ainsi donc, quels hommes devriez-vous être ? En vérité, je vous le dis, je suis comme moi." Cette bonne nouvelle, cette invitation, est répétée encore et encore dans ces chapitres. C'est comme un battement de tambour.

John Bytheway : 00:41:24 Cela m'a rappelé, Hank et Rebecca, l'émission de [Brad Wilcox](#), qui a parlé de l'alliance comme d'une relation. Ce n'est pas un contrat. Ce n'est pas une case à cocher. C'est une relation que l'on entame. Le baptême est un événement, mais naître de nouveau, c'est avoir accès à la puissance du Sauveur grâce à l'expiation. C'était une très bonne façon de voir les choses comme un processus continu qui commence avec le baptême et qui se poursuit avec la sanctification dont vous avez parlé.

Hank Smith : 00:41:57 Rebecca, il semble que si quelqu'un veut vraiment comprendre ce que nous voulons dire quand nous parlons d'évangile, de vivre l'évangile, d'aimer l'évangile, quelle est la bonne nouvelle, il faut prendre les versets 13 à 21, les sortir et les parcourir mot à mot. À la fin, après une étude approfondie des versets 13 à 21, vous vous direz : "Je sais ce qu'est l'Évangile".

Dr. Rebecca Clarke : 00:42:22 L'Évangile est si simple et si complexe que nous pourrions l'étudier toute notre vie sans jamais en effleurer la surface. Ces versets sont magnifiques pour la raison que vous dites, Hank. Il essaie de rendre les choses si claires. Nous entendons sans cesse cette invitation : repentez-vous. Si vous perdez votre vie, vous la retrouverez. Mettez peut-être de côté les morceaux et les parties de vous que vous pensez être assez géniaux, mais je vous dis que ce n'est pas le cas. Je te demande gentiment de les mettre de côté. Tu veux aller à la chute d'eau qui ressemble à Mon Petit Poney, mais j'ai quelque chose de bien mieux et de plus cool pour toi. Alors, repentez-vous, soyez prêts à changer, et l'alliance baptismale est si fascinante pour moi parce qu'elle est à la fois verticale et horizontale.

00:43:12 Nous parlons de notre appartenance à la famille de Dieu. Nous regardons vers Dieu et nous regardons aussi autour de nous, vers ces relations qui font vraiment partie de notre raffinement et de la raison pour laquelle nous participons à la religion. Le Christ nous enseigne l'Évangile, et il nous dit que nous devrions aller dans son église et apprendre son Évangile avec d'autres personnes. Il ne nous dit pas : "Vous savez quoi ? J'ai une étude

à domicile que tu peux mettre sur tes écouteurs et apprendre tout seul parce que tu es un étudiant superstar. Tu peux le faire quand tu veux. C'est une méthode d'étude indépendante".

- 00:43:48 Nous voyons dans Quatrième Néphi que lorsque le peuple est heureux, il se réunit souvent pour écouter la parole du Seigneur, pour prier et pour jeûner. En fait, j'aimerais en parler un peu maintenant. L'idée que l'Église est nécessaire, que l'Évangile est quelque chose que nous ne sommes pas encouragés à vivre par nous-mêmes. Je vois ici quelque chose de vraiment invitant de la part de Jésus-Christ et de vraiment utile.
- John Bytheway : 00:44:15 3 Néphi 27:20, "Voici le commandement. Repentez-vous, toutes les extrémités de la terre", et Hank et Rebecca, j'aime que nous ayons parlé du fait que se repentir peut simplement signifier revenir continuellement à Dieu...
- Hank Smith : 00:44:26 Améliorer.
- John Bytheway : 00:44:27 Pas nécessairement un énorme péché. Oui, il suffit de s'améliorer. C'est le mot le plus encourageant du vocabulaire chrétien. [Frère Holland](#) dit : "Repentez-vous, toutes les extrémités de la terre, et venez à moi." Voilà votre foi en Christ : "Et soyez baptisés en mon nom, afin d'être sanctifiés par la réception du Saint-Esprit, pour que vous soyez impeccables devant moi au dernier jour." Une fois, les gars, j'ai fait une recherche pour trouver chaque fois dans le Livre de Mormon les mots "sans tache", "non taché" et "sans tache". C'était incroyable parce que c'est sur la page de titre et c'est sur la dernière page, et c'est l'élément principal que nous pouvons être purifiés par l'expiation du Christ. C'est le résultat. Nous pouvons nous tenir sans tache devant Dieu au dernier jour parce que nous continuons à nous repentir. C'est un très beau résumé du verset évangélique.
- Hank Smith : 00:45:16 Puis-je mentionner une chose qui, je pense, rend les gens un peu nerveux, c'est qu'aux versets 16 et 17, il est dit : "Repentez-vous et soyez baptisés", et vous vous dites : "Je peux le faire." Et puis il y a "Endurez jusqu'à la fin". Cela donne l'impression que "Oh, je ne sais pas si je peux le faire".
- Dr. Rebecca Clarke : 00:45:36 Un coup d'épée dans l'eau. Oui, c'est vrai. Quelle ténacité ai-je ?
- Hank Smith : 00:45:40 J'ai cherché "endurer". L'étymologie, si vous y revenez, c'est "rester dans". J'aime bien ça. Si vous disiez repentez-vous et soyez baptisé et restez dans cet état de repentance et de respect de vos engagements baptismaux, repentez-vous quand

vous ne le faites pas, essayez de les respecter à nouveau, repentez-vous quand vous ne le faites pas, restez dans cet état, c'est cela endurer jusqu'à la fin. Peut-être avons-nous une mauvaise idée en tête lorsque nous entendons cette phrase.

- Dr. Rebecca Clarke : 00:46:04 Je pense que c'est vrai. Lorsque nous regardons le quatrième Néphi, lorsque nous observons la chute du peuple, j'ai eu la même pensée. Vous vous repentez, vous nouez des relations, vous respectez vos alliances. C'est un cercle. Il faut continuer à continuer. C'est ainsi que j'imagine "endurer", c'est-à-dire continuer à continuer. Parce qu'il n'y avait rien de différent entre les gens heureux de la première moitié de Quatrième Néphi et ceux de la seconde moitié, sauf qu'ils ne faisaient pas ce travail de persévérance. Ils n'ont pas enduré, ils ne sont pas restés. C'est vraiment ce que cela signifie, c'est le grand, le bon plaisir de continuer, de poursuivre dans cet espace. C'est ce qui sépare les personnes qui sont déconnectées et qui s'éloignent du bonheur, c'est qu'il y a un dernier moment, vraisemblablement, où elles se repentent ou pensent à leurs relations. Elles commencent à dériver et à penser davantage à l'argent, à l'or, à l'orgueil, au pouvoir, à toutes ces choses qui ne nous apportent pas le bonheur.
- Hank Smith : 00:47:04 Et ils ne corrigent pas les cours.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:47:05 Oui, ne corrigez pas le tir. C'est si doux, si invitant et si rempli d'espoir.
- Hank Smith : 00:47:10 Peut-être que l'expression "endurer jusqu'à la fin" semble effrayante, mais pouvez-vous vous engager à vous repentir chaque jour ? C'est la même chose. Essayez encore demain. Et je suppose que tu as raison, Rebecca, ils ont cessé d'essayer dans le quatrième Néphi. À un certain moment, ils préfèrent faire autre chose.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:47:24 Oui, c'est vrai. Le Christ nous enseigne donc l'Évangile. Une partie de l'astuce qui permet de rester dans l'Église et d'endurer jusqu'à la fin, c'est qu'il nous dit que nous devrions aller dans son église et apprendre son Évangile avec d'autres personnes. C'est à la fois un attrait pour nous, mais aussi parfois un obstacle, cette idée que nous devons faire ceci. D'autres personnes vont être impliquées d'une manière ou d'une autre dans notre développement et notre croissance spirituels. Ne serait-ce pas tellement plus facile si je pouvais pratiquer mon culte à ma façon et me parler à moi-même à l'église lors de la réunion des sacrements, si tout tournait autour de moi et des choses agréables que je veux expérimenter ici ? Je pourrais faire les choses de la bonne manière. Je pourrais faire les choses

comme elles devraient être faites, et pourtant le Christ nous dit de nous asseoir côte à côte avec d'autres personnes imparfaites. Venez en communion et faites partie de cette communauté.

00:48:17 Pour commencer à en parler, je voudrais partager deux histoires de sacrements que j'ai vécues récemment et qui illustrent la bénédiction et la valeur d'une expérience religieuse ou ecclésiale. Nous avons récemment rendu visite à mon gendre et à ma fille en Californie. Dimanche, à l'église, j'ai pu m'asseoir à côté d'un petit garçon nommé Oliver pendant la réunion des sacrements. J'ai appris le nom d'Oliver parce que ses parents lui ont probablement dit son nom 25 fois au cours de la réunion. "Oliver, assieds-toi. Oliver, tais-toi. Tais-toi. Oliver, rends-moi ça."

00:48:51 Pendant le sacrement, Oliver a pris son gobelet d'eau et s'est soigneusement dressé sur la pointe des pieds entre les bancs, il a versé son eau sur le dos de la chemise de l'homme qui était assis juste devant nous, sur le banc devant nous, l'homme s'est retourné et a jeté un coup d'œil à Oliver, il lui a souri, un grand sourire, et les parents s'excusaient tranquillement. Je me suis dit que cela faisait partie de la beauté de la chose, de prendre le sacrement ensemble. Le frère adorable souriait à Oliver. La merveilleuse famille essayait de suivre la réunion de sacrement avec des enfants en bas âge. Les gens se soutenaient les uns les autres et on pouvait sentir l'amour.

00:49:30 C'est ainsi que je pense que nous pouvons être plus adultes dans notre culte. Nous pouvons être aimants dans une communauté religieuse. Nous pouvons apprendre à aimer. Nous pouvons voir qu'au fur et à mesure que les gens apprennent, ils peuvent ressentir l'amour, et nous aussi. La semaine suivante, nous étions de retour dans notre quartier d'origine et nous avions des visiteurs. Je voyais mon fils Christian, âgé de 14 ans, remettre le sacrement à une famille en visite quelques bancs devant nous. Quelque chose prenait beaucoup de temps. Je ne pouvais pas voir ce que c'était, mais je pouvais voir Christian debout à côté du banc, rayonnant, souriant.

00:50:01 Après la réunion des sacrements, Christian m'a raconté que la petite fille de six ans, Rose, avait soigneusement choisi la tasse d'eau la plus remplie et en avait bu la moitié avant d'essayer de donner l'autre moitié à sa poupée. Mon fils a été tellement touché par ce geste qu'elle a voulu partager cette bénédiction du sacrement. Christian a dit que le sacrement était une chose heureuse pour Rose. Elle apprenait que dans l'Église de Jésus-

Christ des Saints des Derniers Jours, on partage ce bonheur avec tous ceux qui nous entourent. C'est ce qu'elle a fait. Elle l'a partagé avec sa poupée. Elle l'a partagé avec Christian, qui l'a partagé avec moi. Rose apprenait l'amour et le sacrement. Oliver apprenait l'amour et le sacrement. La victime d'Oliver apprenait l'amour et le sacrement. Nous sommes tous en train de l'apprendre. C'est très fort de pouvoir l'apprendre ensemble.

00:50:55 L'appartenance à une communauté est utile. Elle peut être instructive. Nous avons tous des faiblesses et des forces, qui sont parfois très apparentes, parfois non. Mais en participant à l'église et en y grandissant, on se défait de l'idée que tout va bien pour tout le monde. Il y a là quelque chose de sacré et de beau, et je pense que c'est en partie ce qui peut nous aider à tenir jusqu'à la fin, car nous voyons les gens revenir à l'église. Nous savons que nos voisins et nos amis se présentent à nouveau, essayant de prendre le sacrement aussi parfaitement qu'ils le peuvent, et que nous continuons à nous présenter aussi bien que nous le pouvons. C'est là que nous pouvons apprendre à aimer de manière vraiment significative, et Jésus-Christ ne voulait pas que nous passions à côté de cela. Il ne nous a pas donné une option d'étude indépendante.

00:51:45 Je sais que cela peut aussi être douloureux. La participation à une communauté religieuse peut être douloureuse. Lorsque nous nous heurtons à ces faiblesses, l'église est vraie, les gens ne le sont pas. Cela peut nous aider à nous rappeler de ne pas abandonner lorsque nous rencontrons ces imperfections. Mais j'aime... Il s'agit d'un vieil essai des années 1980 d'[Eugene England](#) intitulé "Why the Church is As True as The Gospel" (Pourquoi l'Église est aussi vraie que l'Évangile), et son argument est qu'autant il y a un pouvoir salvateur dans la perfection des enseignements du Christ, autant il y a un pouvoir salvateur dans les imperfections que nous trouvons dans l'Église et avec lesquelles nous devons nous débattre.

00:52:20 J'aimerais citer un extrait de son essai. Il écrit : "Il y a un encouragement constant, voire une pression, à être actif. Et ainsi, pour avoir une vocation, il faut se débattre avec les relations et la gestion des idées et des souhaits des autres, de leurs sentiments et de leur manque d'assiduité aux cours et aux réunions, et il faut écouter les notions parfois mal informées ou pleines de préjugés des autres, et il faut y répondre de manière constructive ; il faut être soumis à des dirigeants et parfois être blessé par leurs faiblesses et leur aveuglement, et ensuite devenir un dirigeant et découvrir que nous aussi, avec toutes les meilleures intentions, nous pouvons être faibles, aveugles et injustes".

- 00:52:59 J'adore cette phrase, car elle résonne en moi. Et puis il y a un autre [grand dicton](#) : "L'église n'est pas un musée pour les saints, mais un hôpital pour les pécheurs." Et une fois que nous réalisons que nous sommes tous là pour être guéris, même nous, cela peut nous aider à mieux participer parce que l'église nous donne une chance de vivre l'évangile. Elle nous donne l'occasion de nous aimer les uns les autres, de nous pardonner les uns les autres, de prendre les enfants des autres, d'enseigner aux enfants des autres, d'exercer un ministère, de faire toutes ces choses qui ne sont pas très puissantes si elles restent dans notre imagination.
- 00:53:32 Comme l'ont dit les auteurs de Come, Follow Me, l'évangile de Jésus-Christ n'est pas seulement une philosophie, c'est quelque chose que nous devons vivre. Mes recherches portent sur la religion et l'épanouissement relationnel. J'aimerais vous faire part de certains résultats de la participation à des espaces religieux. [Tyler VanderWeele](#), à Harvard, étudie ce qui rend les gens heureux et les aide à bien vivre. Ses travaux sont très intéressants. Il a publié des études sur la fréquentation des services religieux et a constaté que la fréquentation de l'église est liée à la réduction de la dépression, à la réduction des taux de suicide et à la réduction des taux de divorce.
- 00:54:07 La participation à des services religieux améliore la santé physique et les pratiques parentales. Elle améliore la satisfaction du mariage. Les meilleures données provenant des États-Unis et de l'Europe suggèrent que l'appartenance à une communauté religieuse a une association plus forte dans le temps avec des résultats plus positifs que tous les autres facteurs sociaux, y compris le fait d'être marié, le temps passé avec des amis ou la famille, ou le temps passé dans d'autres communautés. D'autres formes de vie communautaire et de relations contribuent aux résultats en matière de santé, mais rien n'est vraiment comparable à la participation religieuse. Être spirituel, c'est bien. Être religieux, c'est bien. Mais le fait d'être à la fois spirituel et religieux est d'une puissance exponentielle.
- 00:54:48 Deux plus deux sont plus que quatre dans ce cas. Lorsque le Christ dit dans 3 Néphi 27:27, nous l'entendons donner des instructions à ses disciples, et il dit ceci : "C'est pourquoi, quel genre d'hommes devriez-vous être ? En vérité, je vous le dis, je suis comme je suis." Toutes ces instructions qu'il donne aux gens sont pour lui l'occasion de dire : "C'est ainsi que vous deviendrez comme moi. Je vous ai montré comment faire. Je vous ai montré comment aimer. Je vous ai montré comment être aimants quand les gens ne le sont pas. Je vous ai montré comment aimer les personnes imparfaites, et vous allez pouvoir

sortir ces leçons de l'Évangile du domaine théorique et les mettre en pratique dans une communauté de croyants vivants, brisés, imparfaits, souvent en difficulté." Il dit : "Dans mon église."

- Hank Smith : 00:55:40 Il y a quelques mois, nous avons reçu le [Dr Melissa Inouye](#), qui est malheureusement décédée après l'enregistrement. Elle a dit : "Parfois, en tant que peuple, nous sommes trop durs avec nous-mêmes. Si notre communauté ecclésiale n'est pas parfaite, si nous avons des problèmes ou si nous ne nous sentons pas unis, nous levons les bras au ciel et nous disons que ce n'est pas vrai. Cela ne marche pas. Lorsque quelque chose est difficile, c'est une caractéristique, et non un problème, de la réalité et du type de vie que nous avons choisi dans le cadre du plan de salut". Elle a ajouté : "Jésus a dit : aimez vos ennemis. Il n'y a pas de meilleur endroit pour trouver des ennemis que dans votre quartier et apprendre à les aimer."
- 00:56:14 Et John, vous avez dit : "Beaucoup d'ennemis. Un seul endroit pratique." C'était un moment très drôle. Je n'ai pas d'ennemis, Jésus. C'est pour ça que je t'ai donné l'église, parce que maintenant tu en as beaucoup que tu peux apprendre à aimer.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:56:32 Je l'adore. J'ai l'impression que c'est de cela qu'il s'agit au chapitre 27. Il s'agit de la nature de Jésus-Christ. Il est l'amour même, une invitation à devenir comme lui. Il ne nous cache pas le chemin. Il essaie de le rendre aussi simple que possible, aussi beau que possible.
- Hank Smith : 00:56:50 Rebecca, cela fait un moment que nous vous recevons. Nous avons étudié ce chapitre 27. Nous avons abordé un peu le quatrième Néphi, mais continuons à avancer. Parlez-nous de Troisième Néphi 28.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:56:59 Au chapitre 28, nous voyons les trois Néphites se constituer. Ils se nomment eux-mêmes. Pouvons-nous faire cette chose vraiment, vraiment géniale ? Je suis impatiente de savoir ce que vous savez d'eux. Ma mère pourrait penser que vous êtes eux. Êtes-vous les trois Néphites ?
- Hank Smith : 00:57:14 John pourrait l'être. Il est là depuis longtemps. Et il n'a pas l'air vieux.
- John Bytheway : 00:57:21 Oh, oui, c'est vrai. J'ai fait glisser le truc "améliorer mon apparence" jusqu'à la fin sur cet enregistrement.

- Dr. Rebecca Clarke : 00:57:28 Au chapitre 27, nous avons appris la nature du Christ et comment devenir plus semblable à lui, puis dans ce chapitre, je vois beaucoup de leçons relationnelles sur la façon dont le Christ nous aime. Tout d'abord, le chapitre 28 s'ouvre de cette belle manière. L'un d'entre vous pourrait-il lire 3 Néphi 28:1 ?
- Hank Smith : 00:57:45 Oui, je vais lire. "Lorsque Jésus eut dit ces paroles, il s'adressa à ses disciples l'un après l'autre, et leur dit : Que désirez-vous de moi, après que je suis allé au Père ?"
- Dr. Rebecca Clarke : 00:57:58 J'aime l'élément "un par un". Cela ressemble tellement au Christ. C'est une pratique que nous pouvons utiliser et appliquer dans nos relations. Nous pouvons, dans la mesure du possible, en tant qu'enseignants, parents ou amis, ou quelle que soit notre relation, traiter les gens comme les individus qu'ils sont plutôt que comme des membres d'un groupe monolithique.
- 00:58:22 [Des données](#) intéressantes montrent que si vous faites un compliment à un groupe, par exemple "C'est la meilleure classe, vous êtes géniaux", les gens supposent le plus souvent que vous parlez de tout le monde sauf d'eux. Vous êtes formidables", les gens, le plus souvent, supposent que vous parlez de tout le monde sauf d'eux. Ils répondront à cela. Donc, si vous avez une classe primaire turbulente, essayez de dire le nom de tout le monde si vous arrivez à placer un mot. Ou si vous êtes parent, essayez de regarder chaque enfant dans les yeux au moins une fois par jour et d'établir un lien. Ce contact individuel est très puissant.
- 00:58:51 Puis il pose aux disciples, l'un après l'autre, cette grande question : "Que désirez-vous de moi ?" Nous voyons dans les versets suivants que les trois Néphites n'osent pas exprimer leur désir, et le Christ dit : "C'est bon. Je sais ce que vous voulez." Je peux lire dans vos pensées, essentiellement, mais c'est vraiment sage pour nous dans nos relations parce que nous n'avons pas ce pouvoir, et le Christ a ce pouvoir et pose quand même la question. Mais demander aux gens de découvrir où ils sont, de les cartographier, c'est une chose très puissante dans les relations, d'essayer de comprendre où se trouve quelqu'un d'autre.
- 00:59:25 Que ressentez-vous à ce sujet ? Quand te sens-tu le plus aimé dans notre mariage ? Quand te sens-tu le plus aimé en tant qu'enfant ? Ce type de questions peut apporter des réponses très, très profondes. Nous voyons dans les Écritures ce modèle de questions, de personnes à qui l'on pose des questions qui poussent à la réflexion. Nous pouvons modeler nos relations en posant des questions comme dans les Écritures.

- 00:59:48 Il y a des années, [John Tanner](#) a publié dans l'Ensign un article sur les questions du Seigneur. Il a souligné que chaque fois que le Seigneur pose une question dans les Écritures, nous pouvons l'appliquer à nous-mêmes, comme à Adam : "Où es-tu ?". Aux douze de Jérusalem : "Qui dites-vous que je suis ? À Pierre : "M'aimes-tu ?" À Joseph Smith et Oliver Cowdery : "N'ai-je pas parlé de paix à votre esprit à ce sujet ?" Ce qui est intéressant, c'est que ces questions ne sont pas posées parce que Dieu a vraiment besoin d'une réponse. C'est pour que nous puissions découvrir où nous en sommes, ce que nous ressentons à l'égard de Dieu.
- 01:00:24 Nous pouvons proposer le même modèle aux personnes que nous aimons, qui nous témoignent de l'amour, que nous aimons, pour savoir ce qu'il en est. J'imagine le Christ me posant cette question : "Que désires-tu ?" et comment je pourrais répondre. Je sais en gros ce que je désire. Je réponds à cette question chaque jour par ma façon de vivre. Les désirs de nos cœurs sont puissants. Les Doctrine et Alliances nous disent que nous serons jugés selon nos œuvres et les désirs de notre cœur.
- 01:00:49 Ce qui est intéressant, c'est que si nous sommes jugés sur quelque chose, nous ne pouvons être jugés que sur quelque chose que nous pouvons contrôler dans une certaine mesure, que nous pouvons changer. [Frère Bednar](#) a expliqué que chaque appétit, désir, propension et impulsion de l'homme naturel peut être surmonté par et grâce à l'expiation de Jésus-Christ. Un exemple de ma vie où j'avais des désirs qui avaient besoin d'être élevés, c'est lorsque j'ai reçu mon appel à la mission. Mes désirs étaient bons. Bons. Je voulais faire une mission.
- 01:01:21 C'était à l'époque, j'avais 21 ans. J'avais l'impression de faire une faveur au monde en acceptant de bénir tout le monde avec mon travail de missionnaire. Je voulais faire une mission en Suède. C'était mon désir. Telles étaient mes conditions. À l'époque, si je me souviens bien, j'ai pu indiquer sur mes papiers de mission que j'avais des ancêtres suédois, que je voulais apprendre une langue, le suédois, et même que j'avais une préférence pour servir en Suède.
- 01:01:52 Je pensais que le ciel et moi étions parvenus à un accord essentiel sur ce point. Alors, avant même mon appel, je suis allée acheter une nouvelle tenue de mission, ma première tenue de mission, une jupe rouge et un chemisier blanc, et c'était adorable. Je savais que j'allais être très mignonne dans ma jupe rouge et mon chemisier blanc en Suède.

- 01:02:14 J'ai été appelé au Guatemala. La seule chose que je savais vraiment du Guatemala, c'est qu'il y ferait beaucoup plus chaud qu'en Suède. Je savais qu'il y aurait beaucoup plus d'araignées que je ne le souhaiterais. Je ne pensais pas que ma tenue serait aussi belle. Cela m'a tellement bouleversée que j'ai dû réévaluer à quel point je voulais vraiment servir cette mission.
- 01:02:42 Avant de quitter le MTC, j'ai finalement laissé tomber mes désirs de voir les choses se dérouler comme je l'entendais et je me suis concentrée sur mes meilleurs désirs, à savoir essayer de servir à la manière du Seigneur. Le Guatemala s'est avéré parfait pour moi. Je pense que le Père céleste savait que j'avais besoin du Guatemala pour m'aider à élever mes désirs, à me concentrer sur l'extérieur et sur les gens plutôt que sur ma tenue.
- 01:03:11 Nous pouvons élever nos désirs en termes d'application. J'aime la façon dont le manuel Viens, suis-moi mentionne que les hymnes peuvent souvent exprimer des désirs élevés, et leur exemple est "More Holiness Give Me" (Donne-moi plus de sainteté). Lorsque nous sommes dans un moment où nous avons besoin d'élever nos désirs ou de prendre une décision avec notre perspective la plus claire, nous pourrions chanter ou nous dire ces mots à nous-mêmes.
- 01:03:35 Je vais reprendre les deux premières lignes du deuxième couplet de "[More Holiness Give Me](#)" pour illustrer la puissance de cette suggestion. Imaginez-vous dans un moment où vous devez prendre une décision et emprunter le chemin le plus élevé possible. Imaginez-vous en train de dire ces mots : "Donnez-moi plus de gratitude, plus de confiance dans le Seigneur, plus de fierté dans sa gloire, plus d'espoir dans sa parole".
- 01:03:58 Je pense que le chapitre 28 nous enseigne des choses très intéressantes sur la nature de nos désirs et sur la nature de l'amour du Christ pour nous et sur ce qu'il veut pour nous. Il veut que nous agissions à partir de ce qu'il y a de meilleur en nous, et c'est très intéressant de regarder les désirs des trois Néphites. Daniel Becerra a écrit dans son livre sur les différentes motivations pour être obéissant que nous voyons dans Troisième et Quatrième Néphi, et sur le fait que la raison pour laquelle nous sommes obéissants a vraiment de l'importance.
- 01:04:30 Il y a des raisons moins développées et plus développées d'être obéissant, et cela entre en jeu dans nos relations, et c'est ce qui m'a attiré dans cette idée. Elle correspond aux théories du développement moral dans les sciences sociales. Au premier

niveau du développement moral, nous sommes motivés par la peur de la punition. C'est là que nous commençons quand nous sommes jeunes. C'est une bonne façon de commencer notre vie, notre développement moral et nos raisons d'être obéissants, mais nous pensons et vivons principalement en termes de faire ce qui est bon pour nous, d'éviter la punition. Au chapitre 3, nous voyons les Néphites se repentir par peur. Il s'agit là d'un développement de niveau inférieur.

- 01:05:07 Il y a ensuite un deuxième niveau de développement moral avec une motivation un peu plus noble, et nous sommes poussés ou motivés à être obéissants par le désir d'obtenir une juste récompense. C'est une raison pro-sociale d'interagir avec d'autres personnes, d'être obéissant, mais elle est limitée. Elle est transactionnelle. C'est important parce que cela peut entrer en jeu dans nos relations. Nous connaissons les règles et nous les respectons. Si je fais X, j'obtiens Y. Si je dépose mes documents de mission, je recevrai un appel pour la Suède. C'est un peu limité, et les gens peuvent s'y enfermer et penser, à juste titre, que si vous fondez votre relation conjugale, par exemple, sur une transaction, vous me donnez ceci, je vous donne cela, vous pouvez voir que c'est une façon plus fragile d'interagir.
- 01:05:54 Le troisième niveau de développement moral est la façon la plus mature de vivre, et c'est le plus haut niveau de développement moral. C'est la meilleure raison d'être obéissant, la meilleure raison d'avoir des relations avec les gens, et c'est simplement agir par amour. Au verset 9, Jésus déclare ces trois disciples, les trois Néphites, plus bénis en raison de leur désir : "De ramener à moi les âmes des hommes." Leur désir d'obéir et de faire le bien vient donc de l'amour de Dieu et des autres.
- 01:06:23 Ils n'ont pas peur de la punition et ne pensent pas qu'il s'agit d'une attente transactionnelle à laquelle ils doivent répondre. Ils veulent servir parce qu'ils possèdent un amour semblable à celui du Christ. C'est ainsi que Dieu veut que nous interagissions avec lui. Il veut que nous l'affirmions de tout notre cœur. Il veut que nous venions à lui en donnant le meilleur de nous-mêmes, que nous l'aimions de tout notre cœur, de tout notre pouvoir, de tout notre esprit et de toute notre force, et que nous nous aimions les uns les autres de la même manière.
- 01:06:49 Il n'agit pas à un niveau transactionnel avec nous. Nous pouvons commencer notre relation avec Lui pour apprendre à être obéissants, et nous apprenons comment cela fonctionne, mais Il ne veut pas que cela s'arrête là. Il ne veut pas que nous finissions par nous dire : "C'est un distributeur automatique

cosmique, c'est ce que Dieu est." Il veut que nous évoluions au-delà de cela vers quelque chose de bien meilleur. Je pense que ce chapitre nous apprend que nous sommes au mieux de notre forme lorsque nous agissons par amour, lorsque nos relations et notre obéissance sont motivées par le désir d'être aimants.

John Bytheway : 01:07:20 Voici Job qui dit : "Même s'il me tue, je me confierai en lui", et c'est juste le niveau que je n'ai pas encore atteint, mais j'aime cet exemple. Je suis si reconnaissant au Seigneur de ne pas avoir dit : "C'est faux, c'est faux, c'est faux." C'est aussi un bon désir. C'est un bon désir. Il est possible d'avoir différents bons désirs et d'être reconnu comme tel. J'ai toujours été reconnaissant qu'il les ait complimentés sur leurs bons désirs, même s'ils étaient différents.

Dr. Rebecca Clarke : 01:07:48 Oui, je pense qu'il y a là quelque chose de très profond, que nous pouvons transposer dans nos relations, en comprenant qu'il y a différentes façons de faire les choses qui sont légitimes et bonnes. Si nous attendons de notre partenaire ou de nos enfants qu'ils fassent les choses à notre façon, c'est-à-dire à ma façon ou à la façon de l'autoroute, ce n'est pas ce qui est modelé ici. C'est l'idée d'un par un, et leurs justes désirs ont tous été honorés. Je pense que c'est vraiment impressionnant.



## 3 Nephi 27-4 Nephi Part 2

GUEST: REBECCA CLARKE



- John Bytheway : 00:00:01 Bienvenue à la deuxième partie de l'émission de Rebecca Clarke, de 3 Néphi 27 à 4 Néphi.
- Hank Smith : 00:00:07 Lorsque [le président Monson](#) a modifié l'âge des missionnaires, un grand nombre de sœurs missionnaires sont entrées sur le terrain, beaucoup plus, bien sûr, que nous ne l'avions jamais fait auparavant. Pourtant, certaines de ces jeunes femmes sont allées voir le Seigneur et lui ont dit : "Je veux faire ce que tu veux que je fasse", et il leur a répondu : "Une mission n'est pas pour toi". C'est peut-être un peu exagéré, mais je peux imaginer que certaines de ces jeunes femmes à qui John et moi enseignons, et je suis sûr, Rebecca, que vous leur enseignez aussi, se sentent comme ces trois-là, comme "Oh, je ne pense pas que je veuille faire ce qu'il faut" ou "Je ne pense pas que je fasse ce qu'il faut". Parfois, on les traite de cette façon. Parfois, nous traitons ces jeunes femmes qui ne partent pas en mission comme si elles avaient fait quelque chose de mal.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:00:53 Il y a de très bonnes façons de vivre dans la droiture, et nous voyons que ce n'est pas toujours notre façon de faire qui doit être la seule ou la meilleure. J'aime beaucoup cette application. C'est vraiment cool de voir dans ce chapitre ces désirs, ces justes désirs, de ces trois-là se réaliser. Nous voyons leur puissance et toutes les choses qu'ils ont surmontées.
- 00:01:20 Les trois Néphites m'ont toujours semblé assez magiques. Leur nature a été changée. Ils sont devenus plus saints. Si je devais donner un titre à ce chapitre, je l'appellerais Quand nous avons l'Esprit, nous sommes bien plus étonnants que quand nous ne l'avons pas. Écoutez ce qu'ils ont surmonté. Ils ont été jetés dans des prisons, ils ont été jetés dans des fosses, et ils ont été délivrés. Trois fois, ils sont jetés dans des fours. Deux fois, ils échappent à des bêtes sauvages. Ce n'est que le début. Je n'ai pas eu à échapper à des bêtes dernièrement, mais je pense à ces idées comme à une fosse profonde.

- 00:01:53 J'ai certainement eu ce genre d'expériences dans ma vie. Nous pouvons considérer les trois Néphites comme un modèle de la puissance accrue dont nous disposons lorsque nous sommes liés à Jésus-Christ. Si nous sommes sanctifiés comme ces hommes, nous allons rencontrer de l'opposition. Les puissances de la terre ne pouvaient pas les retenir, et je pense que, d'une certaine manière, les puissances de la terre ne peuvent pas nous retenir non plus. Le désespoir ne peut pas nous retenir éternellement. Si nous pouvons entrer dans cette relation, cette relation salvatrice avec Jésus-Christ, la tristesse, tout cela, toute la désolation, nous pouvons être habilités à sortir de ces fosses. Mais pour conclure cette section, j'aimerais entendre trois histoires de Néphites, qui ont frôlé la célébrité.
- Hank Smith : 00:02:37 La célébrité à fleur de peau. Je l'adore.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:02:40 Je n'en ai pas. Je ne pense pas les avoir jamais rencontrés, mais...
- John Bytheway : 00:02:43 L'histoire qui me vient à l'esprit à propos des trois Néphites, je ne sais pas si quelqu'un a déjà dit : "Hé, c'était les trois Néphites", mais vous vous souvenez tous les deux que [David Whitmer](#) envisage d'aller à Harmony pour aider Joseph. Dès que vous avez vu un plâtre de Paris dans le champ, j'ai pensé que le plâtre de Paris était ce avec quoi je faisais des sculptures dans des assiettes en papier en sixième année. Pourquoi semer cela dans un champ ? Je suppose que c'est une sorte d'engrais. Désolé, je n'ai pas grandi dans une ferme. Quand ils se réveillent le matin, tout a été semé. Est-ce Peter Whitmer, Sr. qui dit : "Il y a une main prépondérante dans tout cela" ? Je crois qu'un des récits dit qu'il y avait trois hommes et que les enfants ont dit : "Je n'ai jamais vu des hommes travailler aussi vite." Hank, qui a un podcast sur ce genre d'histoires ?
- Hank Smith : 00:03:26 Oh, notre ami [Chris Blythe](#). Chris était avec nous l'année dernière dans notre livre de l'Apocalypse, et c'est un spécialiste du folklore. Chris, si vous êtes là, je pense qu'il va falloir que vous ajoutiez un tas d'autres histoires des trois Néphites à votre podcast. C'est très amusant.
- 00:03:43 Nous devrions dire que ceux d'entre vous qui enseignent cette semaine, je pense que vous devez faire ce que Rebecca a fait, enseigner les merveilleuses doctrines et les principes qui s'y trouvent, et peut-être à la toute fin dire, "J'ai une histoire de trois Néphites pour vous". Mais ne faites pas la leçon sur les gens qui disparaissent de la banquette arrière de la voiture.

00:04:02 Mon ami Steve raconte qu'il a été l'une des premières personnes appelées dans la nation Navajo. Il est arrivé et ils avaient déjà des copies du Livre de Mormon. Il a dit : "Où les avez-vous eus ? C'est la première fois que nous en avons", et ils ont répondu : "Oh, ce type est venu il y a six mois et nous a apporté tous ces exemplaires du Livre de Mormon. Nous sommes tous prêts à être baptisés", et il est sûr. Il se dit : "C'est forcément... "

Dr. Rebecca Clarke : 00:04:25 Parfait.

Hank Smith : 00:04:25 Seulement s'il les avait signés avant de partir, ce vieux monsieur. Nephiah, c'est ça ?

Dr. Rebecca Clarke : 00:04:32 Nous aurions pu connaître leurs noms.

Hank Smith : 00:04:35 Je dis souvent à mes étudiants que j'ai mémorisé les noms des 12. Vous avez une chance sur quatre. Si vous pensez rencontrer l'un des trois Néphites, criez simplement l'un de ces noms.

John Bytheway : 00:04:46 Hey, Kumenonhi.

Hank Smith : 00:04:48 Shemnon. S'il se retourne, vous pourrez dire : "Je le savais. Je le savais."

John Bytheway : 00:04:52 Alors vous seriez comme ...

Hank Smith : 00:04:55 Oui, c'est vrai. Rebecca, nous avons couvert les chapitres 27 et 28. Il nous reste deux chapitres dans 3 Néphi. Que voulez-vous en faire ?

Dr. Rebecca Clarke : 00:05:02 Nous voyons au chapitre 29 que la parution du Livre de Mormon sera attribuée à des personnes, que Dieu se souvient de ses alliances, qu'il a commencé à rassembler Israël.

00:05:13 Il y a ce pouvoir incroyable que nous voyons au [chapitre 29](#). En fait, au verset 9, 3 Néphi 29:9, j'aimerais que nous le lisions. Pensez à la puissance de Dieu et à sa volonté de tenir les promesses qu'il nous a faites.

00:05:29 Nous voyons à nouveau cette relationnalité de la manière dont Dieu interagit avec nous. Il est parfaitement cohérent. Il est parfaitement fiable. Il est parfaitement aimant. S'il dit quelque chose, il le fera. Nous pouvons mettre toute notre confiance en lui. Si nous pouvions lire le verset 9, je pense que c'est une belle illustration de l'incroyable puissance de Dieu.

John Bytheway : 00:05:49 D'accord. 3 Néphi 29:9. "C'est pourquoi vous ne devez pas penser que vous pouvez tourner la main droite du Seigneur vers la gauche, afin qu'il n'exécute pas le jugement en accomplissant l'alliance qu'il a faite avec la maison d'Israël.

Dr. Rebecca Clarke : 00:06:03 Oui. Nous voyons que rien ne peut empêcher Dieu de respecter ses alliances ou ses promesses avec nous. Nous l'avons vu dans le passé. Nous l'avons vu dans le rétroviseur. Nous avons vu ses alliances s'accomplir. Mais si nous faisons des alliances avec Dieu et que nous avons cette relation, cette relation d'alliance avec Lui, nous pouvons lui faire pleinement confiance. Ces promesses seront tenues. C'est vraiment passionnant. Ce chapitre nous dit que la seconde venue est proche. Nous passons ensuite au [chapitre 30](#), qui est le plus court du Livre de Mormon. Il ne fait que deux versets. Il s'ouvre sur cette invitation de Mormon. Écoutez. Que signifie "écouter" ?

Hank Smith : 00:06:49 Écouter signifie ... Comme "Donnez-moi vos yeux. Tournez-vous vers moi. J'ai quelque chose pour vous." Si je disais : "Les enfants, écoutez-moi", ils jetteraient peut-être un coup d'œil. "Les enfants, écoutez. Arrêtez ce que vous faites et regardez-moi. C'est important."

Dr. Rebecca Clarke : 00:07:07 Vous allez devoir suivre ce que je vous dis. Je vous donne des instructions qui ne seront pas simplement des mots vides de sens. Il s'agit d'instructions à écouter et à faire. Le verset 2 est cette instruction. J'ai l'impression que ce verset s'adresse directement à nous parce que nous avons été fixés dans le temps en termes de "Quand le Livre de Mormon sortira, attachez-vous parce que je tiendrai mes promesses". Le deuxième verset est très intéressant parce que c'est encore un autre verset qui nous dit de vivre l'Évangile. "Tournez-vous ou repentez-vous." Nous apportons nos imperfections à Jésus-Christ. "Soyez baptisés en mon nom." Nous entrons dans cette relation d'alliance avec Jésus-Christ et dans une relation de service et d'amour les uns avec les autres. C'est alors que nous pouvons recevoir l'Esprit et que nous pouvons être saints et heureux. Ensuite, nous verrons les résultats obtenus par les personnes qui ont choisi de vivre cet évangile.

Hank Smith : 00:08:00 Je l'adore.

John Bytheway : 00:08:01 On m'a toujours appris qu'écouter signifiait entendre et obéir. Si ma mère me dit : "Range ta chambre", oui, je t'ai entendu. Si ma mère me dit "Range ta chambre" et que je l'écoute, je pense que cela signifie que j'ai rangé ma chambre.

Hank Smith : 00:08:13 Oui.

Dr. Rebecca Clarke : 00:08:13 Oh, c'est bien.

John Bytheway : 00:08:15 Entendu signifie que je l'ai fait.

Hank Smith : 00:08:17 Avant de poursuivre, je voudrais mentionner deux choses. La première est que cela semble être une extension de la discussion que nous avons eue avec le [Dr Baron](#) la semaine dernière, à savoir comprendre ce qu'est l'alliance. C'est presque comme si Mormon se tournait vers le lecteur et lui disait : "Très bien, les païens, qu'allez-vous faire ?"

00:08:33 Une autre chose est que si vous regardez le chapitre 30, c'est Mormon qui parle, comme vous l'avez dit, Rebecca, et regardez ce qui est arrivé à notre narrateur. Au début, il disait des choses comme ceci : " Mosiah commença à régner à la place de son père. Il commença à régner dans la trentième année de son âge, ce qui fait en tout environ 476 ans depuis le moment où Léhi quitta Jérusalem." C'était notre narrateur au début. Rebecca, je suis sûr que vous avez vu cela. Dans le processus d'écriture, lorsqu'il mettait la plume sur le papier ou ce qu'il utilisait, le stylet sur la plaque.

John Bytheway : 00:09:05 Stylet en alliage d'or malléable.

Hank Smith : 00:09:10 Il est devenu quelque chose de différent. Est-ce que cela ressemble au même homme ? "Écoutez, ô païens, et écoutez les paroles de Jésus-Christ, le fils du Dieu vivant. Détournez-vous, vous tous, païens, de vos mauvaises voies." Il est passé du statut d'historien à celui de prophète en écrivant ce livre. Que voulez-vous faire de [4 Néphi](#) ? Je pense que c'est le livre le plus court du Livre de Mormon. Si ce n'est pas le cas, c'est presque le cas. Je sais que tu l'aimes, Rebecca.

Dr. Rebecca Clarke : 00:09:37 J'adore ça. Je veux me plonger dans le sujet et parler du bonheur et de la façon dont ils y sont parvenus, de la façon dont nous pouvons l'appliquer à notre vie et être peut-être encore plus heureux, puis parler de la façon dont ils l'ont perdu. C'est aussi très instructif. Mais nous parlerons surtout du bonheur, de sa nature, de la façon dont nous pouvons l'accroître dans notre vie et dans nos relations.

00:10:02 Dans la première partie, nous avons expliqué que le bonheur dépend davantage de la qualité de nos relations que de toute autre chose. Lorsque le Christ parle aux 12 dans 3 Néphi 27, il mentionne même que son bonheur est lié à sa relation avec nous. Il dit : "Ma joie est grande, jusqu'à la plénitude, à cause de

vous, et même le Père se réjouit, ainsi que tous les saints anges, à cause de vous."

00:10:27 Dans ce livre, nous voyons le paradis sur terre. Nous avons parlé d'un aperçu de ce à quoi cela ressemblait, mais je vais juste répéter certaines de ces choses, certaines de ces caractéristiques de ce peuple heureux. Pas de disputes, pas de querelles, ils agissaient avec justice. Ils avaient tout en commun, les œuvres grandes et merveilleuses accomplies par les disciples de Jésus-Christ. Le Seigneur les a fait prospérer dans le pays. Ils rebâtirent des villes. Ils devinrent forts. Ils se multiplièrent très vite. Ils étaient des créateurs. Ils furent des artisans et des bâtisseurs. Ils devinrent un peuple extrêmement beau et agréable. Ils se marient et sont bénis. Ils jeûnent, prient et se réunissent souvent. L'amour de Dieu est dans leur cœur. En fait, si quelqu'un pouvait lire 16.

John Bytheway : 00:11:06 Bon, voici 4 Néphi 1:16. "Et il n'y avait ni jalousies, ni querelles, ni tumultes, ni prostitutions, ni mensonges, ni meurtres, ni aucune forme de lascivité ; et il est certain qu'il ne pouvait y avoir de peuple plus heureux parmi tous les peuples qui avaient été créés par la main de Dieu."

Dr. Rebecca Clarke : 00:11:27 Voilà, c'est fait. C'est quelque chose que nous voulons, je pense. Nous le voulons tous, n'est-ce pas ?

John Bytheway : 00:11:32 Je pense que oui.

Dr. Rebecca Clarke : 00:11:33 Nous apprenons, au verset 17, qu'il n'y a ni voleurs, ni meurtriers, ni -ites. Décortiquons un peu tout cela. Regardons le bonheur pendant une seconde. C'est la bonne nouvelle. Je voudrais rapidement aborder le fait que toutes ces discussions sur le bonheur peuvent amener certains d'entre nous à se demander pourquoi je ne suis pas plus heureux. J'ai l'impression de suivre cette recette. Est-ce que je ne vis pas assez pleinement l'Évangile ? Pourquoi ne suis-je pas tout le temps dans un bonheur total comme ces gens ?

00:12:03 Lorsque nous parlons de bonheur, nous devons permettre aux autres d'agir. Nous ne pouvons pas nous contenter de dire que s'ils faisaient exactement ce que je leur demande, je serais heureux.

00:12:16 L'autre jour, une amie m'a dit quelque chose de formidable. Elle a dit : "Si je pouvais déplacer mon fils comme une pièce d'échecs, la vie serait tellement belle pour nous tous." Parfois,

nous nous laissons aller à penser que si je pouvais contrôler les autres, je pourrais être heureux.

00:12:29 Nous devons également accepter que les saisons de la vie soient plus joyeuses ou moins joyeuses que d'autres. Certaines choses sont tout simplement difficiles et nous devons les traverser. Nous allons connaître des pertes. Il est intéressant de noter que ces gens, même s'ils étaient les plus heureux, rien qu'à l'époque, qui a duré 200 ans, nous savons qu'ils ont connu des pertes. Nous savons qu'ils ont perdu des êtres chers. Ils vivaient une expérience mortelle.

00:12:57 Même si les gens ne pouvaient pas être plus heureux dans l'ensemble, nous devons savoir qu'il y aura des hauts et des bas et des moments dans nos vies. Avez-vous une idée sur ce sujet, si les gens ne se sentent pas aussi heureux qu'ils le souhaiteraient ?

John Bytheway : 00:13:09 Je remonte à 2 Néphi 2 et à Léhi qui parle de l'opposition en toutes choses. "Adam est tombé pour que les hommes soient, et les hommes sont, pour qu'ils aient de la joie. Mais ensuite, dans la Perle de Grand Prix, il est dit : "Parce qu'Adam est tombé, nous sommes, et nous sommes devenus participants de la misère et du malheur."

00:13:30 Parfois vous avez 2 Néphi 2:25 jours et parfois vous avez Moïse 6:48 jours. Mais c'est ce qu'il voulait dire, l'opposition en toutes choses. Vous vous souvenez d'une comédie musicale il y a quelques années ? "Vous ne pouvez jamais connaître le bien si vous n'avez jamais connu le mal. On ne peut jamais être heureux si on n'a jamais été triste". C'est toute cette idée que nous nous réjouissons des moments heureux parce que nous savons que cela aussi passera.

00:13:55 Je me souviens qu'un jour, au lycée, je passais un mauvais moment, et mon père m'a dit : "Cela aussi passera." Je me souviens qu'un mois, un an plus tard, j'étais en pleine forme et mon père m'a dit : "Ça aussi, ça passera."

Hank Smith : 00:14:11 Je pense à Mosiah 18, où le peuple obtient son alliance baptismale, qui est de pleurer avec ceux qui pleurent, de reconforter ceux qui ont besoin de réconfort, et d'être prêts à porter les fardeaux les uns des autres, ce qui, je pense, est inhérent à cet engagement, à savoir qu'il y aura des gens qui pleurent et qui auront des fardeaux trop lourds à porter pour eux. Si c'est votre cas, vous ne faites rien de mal. Le Seigneur a prévu que cela se produise, et c'est en partie pour cela que nous avons notre communauté ecclésiale.

- 00:14:46 À mes amis adolescents, je dis généralement : "Écoutez, trois ou quatre jours de tristesse, ce n'est pas une dépression. Mais si quelqu'un se sent constamment désespéré et qu'il n'y a vraiment aucune raison, qu'il ne se passe vraiment rien qui puisse justifier ce creux dans l'estomac, cette peur et ce désespoir, c'est là que votre cercle social peut entrer en jeu, parlez à quelqu'un. Parlez à quelqu'un. Comme vous le savez tous les deux, il est de plus en plus fréquent, surtout chez les jeunes, de ressentir ce genre de choses. S'il vous plaît, tendez la main. Tendez la main à quelqu'un.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:15:26 Je suis une fervente partisane de la thérapie, des médicaments et des traitements qui peuvent aider les gens à être plus heureux. C'est le fruit de mes recherches et de mon expérience professionnelle. J'y crois. Si des médicaments sont nécessaires pour vous aider à ressentir ce dont vous avez besoin, ils doivent être utilisés. Si une thérapie peut vous aider à débloquer la situation ou à voir les choses d'une nouvelle manière, il faut s'en saisir et y participer. Souvent, ces outils peuvent nous permettre de voir plus clairement ce que l'Évangile a à nous offrir, et nous avons parfois besoin de cette aide.
- Hank Smith : 00:15:53 L'époque où il suffisait de prier davantage, d'aller plus souvent au temple, est révolue, n'est-ce pas ?
- Dr. Rebecca Clarke : 00:15:58 Oui, il suffit de prier.
- John Bytheway : 00:15:59 Quand on regarde la vie des prophètes vivants, on s'aperçoit que ce n'est pas le bonheur permanent. Ils perdent leurs épouses et leurs enfants. Ils passent tous par la mortalité, tout comme nous. N'ayez pas l'impression que tout le monde autour de vous a la vie facile. Certains d'entre nous le cachent mieux que d'autres.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:16:19 C'est vrai.
- Hank Smith : 00:16:20 Puisque vous en parlez, beaucoup de gens ne savent pas que [George Albert Smith](#), le président de l'Église, souffrait d'anxiété et de dépression sévères. Cela l'a laissé brisé et affaibli à certains moments. C'est ce qui ressort d'une de ses biographies. Peu après avoir supplié Dieu de le laisser mourir, il a vécu plusieurs expériences spirituelles remarquables qui lui ont redonné confiance et lui ont donné la force d'endurer.
- 00:16:47 Vous avez raison, John. La dépression ne l'a jamais complètement quitté malgré ses améliorations durement gagnées, mais il a continué à remplir ses devoirs et à s'occuper

de sa famille. Vous n'avez rien d'anormal. Tu es ce que les scientifiques appellent un être vivant. Vous êtes ce que les scientifiques appellent un être humain.

- Dr. Rebecca Clarke : 00:17:04 Oui, c'est vrai. Nous allons parler des moyens d'améliorer nos chances d'être heureux, mais cela ne veut pas dire que vous ne faites pas bien les choses si vous n'êtes pas heureux.
- 00:17:13 Je voudrais parler un instant de la gratitude, de la façon dont la gratitude peut nous aider à nous recentrer et peut parfois nous aider à être plus heureux. Lors d'une récente conférence générale, [Frère Sabin](#) a dit : "Vous ne serez jamais plus heureux que si vous êtes reconnaissant", et je pense qu'il y a beaucoup de vérité là-dedans. C'est une application que beaucoup d'entre nous peuvent utiliser.
- 00:17:36 Lors de ma mission au Guatemala, une femme m'a enseigné des leçons très importantes sur la gratitude. Jimena avait 21 ans. J'avais à peu près le même âge lorsque je lui ai enseigné. Elle avait trois enfants. Nous étions dans des situations de vie très différentes. Elle ne savait ni lire ni écrire. Elle avait un mari très méchant. Lorsque nous lui avons appris à prier, nous lui avons montré les tableaux, les étapes de la prière, mais elle ne pouvait pas les lire.
- 00:18:01 Les étapes de la prière consistent à remercier pour les bénédictions et à demander les bénédictions dont nous pourrions avoir besoin. Quand Jimena priait, elle disait seulement "Te damos gracias por", comme si elle répétait encore et encore. "Je te remercie pour ... ", " Nous te remercions pour ... ..", puis elle remplissait le vide. J'ai pensé qu'elle faisait peut-être cela parce qu'elle ne pouvait pas lire les instructions sur le tableau. Nous avons réexpliqué la situation et elle a précisé qu'elle voulait seulement dire merci à Dieu pour ses très nombreuses bénédictions.
- 00:18:29 Un matin, mon compagnon et moi avons vu Jimena sortir. Il était tôt. Elle a dit qu'elle cherchait de la nourriture pour sa famille et qu'elle cherchait dans le caniveau. S'il y a quelqu'un qui pourrait demander les bénédictions de Dieu, c'est bien elle, mais je ne l'ai jamais entendue dire à son Père céleste autre chose que des remerciements.
- 00:18:49 Cela ne veut pas dire que nous devons suivre ce modèle, mais j'ai trouvé très beau de l'entendre se concentrer autant sur sa gratitude. Je pense que cela lui a peut-être sauvé la vie, tant elle était concentrée sur ce point. Jimena a remercié le Père céleste pour ses enfants. Elle l'a remercié pour la façon dont la lumière

du soleil entrant par une ouverture dans sa maison et faisait briller un joli motif sur ses murs en carton.

- 00:19:15 Elle a trouvé la joie et elle était reconnaissante pour tant de choses que je n'aurais même pas envisagées. La gratitude peut nous aider à surmonter les difficultés. Nous savons que ces personnes dans 4 Néphi ont été confrontées à des difficultés, mais je pense que la façon dont nous les voyons peut vraiment changer notre vie.
- 00:19:31 L'un des versets du Livre de Mormon les plus obsédants pour moi sur le pouvoir de la perspective se trouve dans 1 Néphi, lorsque Néphi reçoit l'ordre de construire un bateau. Laman et Lémuel s'effondrent à ce sujet et disent : "Tu ne peux pas faire cela parce que tu es faible et stupide, tout comme papa. Tout le monde a souffert. Nous avons souffert. C'est terrible."
- 00:19:53 Dans 1 Néphi 17:21, il est dit : "Voici, nous avons souffert dans le désert pendant de nombreuses années, au cours desquelles nous aurions pu jouir de nos possessions et du pays de notre héritage, et nous aurions pu être heureux". Cette idée que nous aurions pu être heureux si ... Nous devons vraiment réfléchir à la façon dont nous envisageons notre vie. Attendons-nous que quelque chose se produise ? Je serai heureux quand ...
- 00:20:21 C'est tellement obsédant pour moi parce que nous aurions pu être heureux. C'est vrai, ils auraient pu être heureux. Les êtres humains sont construits pour remarquer le négatif. C'est saillant. C'est une question de survie, et pourtant le Christ nous a dit que nous n'étions pas faits pour vivre ainsi éternellement. Nous ne sommes pas censés prévoir continuellement le mauvais temps, seulement le mauvais temps. Il y a aussi du bon temps. Tout comme nous pouvons prévoir le chagrin et chercher le chagrin, nous pouvons nous efforcer de prévoir plus de bonheur dans notre vie.
- 00:20:56 Le philosophe romain [Sénèque](#) a écrit : "Nous souffrons plus souvent en imagination qu'en réalité. Nous avons l'habitude d'exagérer, d'imaginer ou d'anticiper le chagrin." J'ai l'impression de tomber dans ce travers parfois, lorsque je pense à toutes les choses qui peuvent mal tourner. Vous savez quoi, bien souvent, ce n'est pas le cas. Souvent, tout se passe plutôt bien, surtout si nous sommes reconnaissants.
- 00:21:22 [Le président Monson](#) citait quelqu'un d'autre, mais il a parlé d'entretenir des jardins secrets, et c'est à nous de choisir quel jardin secret nous allons entretenir, c'est-à-dire que nous avons des choses parallèles qui se disputent notre attention dans

notre vie et nous pouvons choisir celle sur laquelle nous voulons nous concentrer. Alors que nous commençons à parler de bonheur et de relations, gardez à l'esprit que nous n'avons pas beaucoup de contrôle sur nos circonstances, mais que nous avons beaucoup de contrôle sur la façon dont nous les percevons.

- Hank Smith : 00:21:47 Je l'adore.
- John Bytheway : 00:21:48 Hank, je vous ai entendu citer exactement le même verset, nous aurions pu être heureux si nous avions posé une condition. Hank, j'aimerais vraiment que notre public vous entende parler des gens qui ne cessent de mettre une date limite à leur bonheur, parce que c'est tellement drôle.
- Hank Smith : 00:22:02 C'est un excellent chapitre, Rebecca, que vous avez évoqué. C'est 1 Néphi 17. Vous lisez les versets 20 et 21. Néphi décrit sa situation presque exactement de la même manière aux versets 2 et 3. Ils vivent exactement la même expérience. Je suis sûr que la tente voisine, le même bateau, les mêmes parents.
- 00:22:22 Néphi le décrit ainsi. Il dit : "Les bénédictions du Seigneur ont été si grandes sur nous que, bien que nous vivions de viande crue dans le désert, nos femmes ont abondamment nourri leurs enfants. Elles étaient fortes, comme les hommes. Elles commencèrent à supporter leurs voyages sans murmures. Nous voyons ainsi que les commandements de Dieu doivent être accomplis. Si les enfants des hommes gardent les commandements de Dieu, il les nourrit, il les fortifie, il leur donne les moyens d'accomplir ce qu'il leur a commandé. C'est ce qu'il a fait pour nous pendant que nous séjournions dans le désert".
- 00:22:53 C'est presque l'inverse de ce qu'a dit Laman. "Ces nombreuses années, nous avons souffert dans le désert, alors que nous aurions pu jouir de nos biens dans le pays de notre héritage. Nous aurions pu être heureux."
- 00:23:05 Nos auditeurs pourraient prendre [1 Néphi 17](#), comparer les versets 2 et 3 aux versets 20 et 21. Ce n'est certainement pas votre situation qui est en cause. Il semble que pour Laman, le bonheur soit toujours ailleurs, comme vous l'avez dit, Rebecca. Le bonheur est de retour à Jérusalem.
- 00:23:21 J'ai dit que nous grandissons de cette façon. Quand on est jeune, on se dit : "Je serai heureux quand j'aurai l'âge de mes frères et soeurs et que je pourrai faire les mêmes choses

qu'eux." Puis, à l'adolescence, on se dit : "Je serai heureux quand je quitterai cette maison". Ensuite, "Je serai heureux quand je serai en mission", puis "Je serai heureux quand je reviendrai de mission", et enfin "Je serais heureux si j'étais marié". J'ai entendu des étudiants dire : "Je serais plus heureux si j'étais marié." Puis, "Je serais plus heureux si nous avions des enfants." Puis : "Je serai heureux quand tous ces enfants partiront. Je suis sûr qu'alors je serai heureux."

00:23:56 Puis, très vite, on se dit : "Je parie que je serai heureux quand je serai à la retraite", et ce n'est pas une blague. Ma propre grand-mère m'a dit à 90 ans : "Hank, je pense qu'après ma mort, je pense que si j'étais morte, je serais plus heureuse." Quand est-ce que ça va s'arrêter ? Je suis convaincu qu'il y a des gens dans le monde des esprits qui disent : "Dès que je serai ressuscité, je serai heureux."

00:24:19 Le bonheur est toujours ailleurs, et c'est un endroit dangereux parce qu'on n'y arrivera jamais. Il sera toujours un peu plus loin sur la route. Ce n'est jamais le cas. Ce que nous voulons, c'est cultiver le bonheur maintenant, et non pas souhaiter des temps différents. C'est ce que font les gens dans le Livre de Mormon. Vous souvenez-vous de Néphi, Jean ? "Si j'avais vécu à l'époque de... "

John Bytheway : 00:24:43 "Oh, c'était le bon temps".

Dr. Rebecca Clarke : 00:24:44 Le bon vieux temps.

John Bytheway : 00:24:45 "Oui, c'était génial." C'est comme si on lisait le même livre. Ces jours-là n'avaient pas l'air très bons."

Dr. Rebecca Clarke : 00:24:53 C'était pire.

Hank Smith : 00:24:56 Nephi dit : "Attendez, de quoi parlez-vous ?" Il faut dire qu'une partie de notre bonheur, n'est-ce pas, Rebecca, se trouve dans notre ADN ?

Dr. Rebecca Clarke : 00:25:00 Oui, c'est tout à fait vrai. Nous avons un tempérament.

John Bytheway : 00:25:03 J'aime le fait que Joseph Smith ait parlé de sa bonne humeur native. Je me suis toujours demandé ce que cela signifiait et où l'on pouvait commander cela. Peut-être sur le site [nativecheerydisposition.com](http://nativecheerydisposition.com) ou quelque chose comme ça.

Hank Smith : 00:25:15 Oui, c'est vrai. Rebecca, tu avais raison. Notre bonheur ne vient pas en grande partie de nos circonstances. Il y en a un peu. La

recherche montre deux choses : la santé et la pauvreté. Si je peux changer ces circonstances, je peux influencer votre bonheur, mais pas votre poids, ni la voiture que vous conduisez. Je me souviens d'avoir dit à une femme, en parlant du bonheur, qu'à un certain moment, les revenus ne rendaient plus heureux. Ce n'est pas autant que les gens le pensent." Il y a un palier. Évidemment, si vous n'avez pas de revenus, le fait d'en avoir plus change considérablement votre bonheur parce que vous avez un endroit où vivre et que votre stress diminue. Vous avez des médicaments, de la nourriture.

- 00:25:55 C'est là où l'argent n'a plus vraiment d'impact, c'est là où vous vous occupez de vos besoins. Elle m'a dit : "Ce n'est pas vrai. Ces gens ne savent tout simplement pas où faire leurs courses." Elle n'en revenait pas. N'avez-vous pas dit cela plus tôt, Rebecca, quand nous avons commencé ? Nous ne sommes pas très bons à...
- Dr. Rebecca Clarke : 00:26:17 La prédiction. Oui, les humains ne le font pas.
- John Bytheway : 00:26:20 J'ai entendu le [président Nelson](#) répéter si souvent que la joie que nous ressentons a moins à voir avec les circonstances de notre vie qu'avec l'orientation de notre vie. C'était ce message de concentration sur le Christ.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:26:32 Oui, c'est magnifique. Nous savons que le bonheur ne dépend pas tellement de nos circonstances, mais l'une des caractéristiques déterminantes, et nous en avons parlé plus tôt, l'élément qui est mentionné plus que tout autre dans cette description des personnes les plus heureuses, c'est qu'elles n'ont pas eu de conflit. Cela vaut la peine d'y prêter attention, car les frictions sont l'essence même des relations humaines. Dites-moi que dans 200 ans, tous les couples mariés...
- Hank Smith : 00:27:03 Tout.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:27:03 ... se sont mis d'accord sur la façon de gérer les problèmes domestiques...
- John Bytheway : 00:27:06 Sur tout, c'est vrai.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:27:06 ... de l'éducation et de l'argent. Nos parents et nos enfants étaient totalement en phase sur les couvre-feux et les corvées. Ces gens vivaient une vie mortelle. Les conflits sont inévitables. Ce n'est pas une mauvaise chose. Les recherches montrent que les mariages solides gagnent en confiance lorsqu'ils gèrent bien les conflits. Les conjoints peuvent être en désaccord sur un

sujet, se disputer ou régler le problème, et ils finissent par se faire encore plus confiance. Ils déclarent se sentir plus heureux l'un envers l'autre.

00:27:34 Les mariages faibles fonctionnent dans le sens inverse, avec des conflits. Il faut donc faire attention à ne pas dire... C'est une bonne chose, mais nous voyons que le conflit est inévitable, mais que la contestation est un choix. La contestation entre en jeu lorsque nous gérons les conflits d'une manière qui ne correspond pas à la façon dont Jésus-Christ a agi ou s'est comporté avec nous. Nous pouvons avoir de l'amour dans nos cœurs et ne pas être d'accord sur certaines choses, mais nous ne pouvons pas avoir un cœur aimant et être en conflit. Cela ne peut pas coexister.

00:28:07 [John et Julie Gottman](#) sont des spécialistes des relations amoureuses. Ils étudient les mariages et ont mené des recherches très intéressantes sur la prédiction du divorce. Ils ont fait venir des couples mariés dans leur laboratoire et leur ont demandé de discuter d'un sujet conflictuel pendant 15 minutes.

John Bytheway : 00:28:23 Wow.

Dr. Rebecca Clarke : 00:28:23 Les chercheurs visionnaient ensuite la cassette et cherchaient des modèles. Les Gottman en sont arrivés au point où ils pouvaient prédire le divorce d'un couple dans les cinq années à venir avec un degré d'exactitude très élevé, de l'ordre de 85 %. Ils ont repéré quatre schémas de communication problématiques qu'ils ont appelés les quatre cavaliers de l'apocalypse, car s'ils ne sont pas contrôlés, ils signifient la fin de la relation.

00:28:50 La caractéristique la plus problématique et la plus prédictive du divorce est la tendance au mépris. Tout le monde connaît des moments de ce genre dans son mariage ou dans ses relations étroites. Vous n'obtiendrez pas automatiquement le divorce si vous vous laissez aller à ces comportements, mais les comportements de mépris non contrôlés et constants sont néfastes.

00:29:12 Vraiment, regarder des vidéos de couples se livrant au mépris est assez bouleversant. Ce sont des maris, des femmes qui se rabaisent l'un l'autre, qui déprécient l'autre.

John Bytheway : 00:29:23 Difficile à regarder.

- Dr. Rebecca Clarke : 00:29:24 C'est le cas. C'est vrai. C'est difficile. Une chose que nous pouvons apprendre de 4 Néphi à ce sujet, c'est que nous lisons quelque chose de vraiment fascinant sur la contestation ou le mépris. Au verset 39 de [4 Néphi](#), il est dit : "On leur a appris à haïr les enfants de Dieu." C'est donc à ce moment-là qu'ils commencent à perdre leur bonheur, tout comme on a appris aux Lamanites à haïr les enfants de Néphi dès le début.
- 00:29:46 Je suis vraiment frappée par la phrase "apprendre à haïr". C'est une phrase très forte. Mais je pense qu'il est intéressant de voir que l'on peut nous enseigner, que l'on peut apprendre des mentalités sur la façon d'interagir avec le monde et sur la façon d'être dans le monde. C'est déprimant, mais cela vaut probablement la peine de se demander comment on apprend aux gens à haïr.
- 00:30:08 Il est peu probable que j'essaie d'enseigner délibérément la haine à mon enfant, et pourtant c'est ce qui s'est passé à cette époque. Il est possible que nous disions quelque chose, par exemple, à propos de groupes d'autres personnes ou d'autres personnes, ne serait-ce qu'en présence de nos enfants, qui pourrait leur enseigner ou leur inculquer un état d'esprit de contestation ou de mépris. En termes d'application et de contestation, je pense que nous devons faire très attention à ce que nous enseignons à nos enfants et aux personnes que nous aimons dans notre vie.
- 00:30:39 Lorsque nous considérons les gens comme des concurrents ou des rivaux, que nous parlons d'eux en termes de moins que rien, nous commençons à perdre notre joie de vivre.
- Hank Smith : 00:30:48 N'était-ce pas Mosiah 10 ? Ils ont appris à leurs enfants à haïr, à dire qu'ils ont été lésés. Nous avons été lésés dans le désert. Nous avons été lésés en traversant la mer. Nous avons été lésés dans le pays de notre premier héritage. Cela a duré des siècles.
- John Bytheway : 00:31:04 Quelle serait la conséquence naturelle de cela, que le monde soit contre moi ? Oui, on ne peut que l'imaginer.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:31:12 Dans les travaux des Gottman, les quatre modes de communication particulièrement problématiques sont la critique, le mépris, la défensive et l'obstruction. Si vous essayez de communiquer sur quelque chose... Si, à un moment de votre vie conjugale, vous essayez vraiment de résoudre un problème et que vous adoptez ce mode de communication, cela peut être problématique. Le premier schéma de communication, celui de la critique, signifie que je te critique. Je te rabaisse. Plutôt que

d'aborder le problème, je vais t'attaquer en te critiquant d'une manière ou d'une autre.

00:31:48 Il se peut même que je m'en prenne à votre personnage. Il se peut que vous ayez besoin de quelque chose de moi, que vous ayez besoin de changer quelque chose, et au lieu de dire : "D'accord, je vais prendre cela à cœur. Je vais essayer de changer ça"... J'ai peut-être trop dépensé. Je dirais : "Tu ne gagnes pas assez d'argent." Cela fait mal même de dire ces exemples, mais c'est être critique, et cela n'apporte pas de connexion.

00:32:10 Il y a ensuite le mépris, qui est le plus pernicieux des quatre cavaliers. Le mépris a un élément, une sorte de goût de haine et de dédain. C'est le plus problématique des quatre cavaliers. C'est celui qui prédit le plus le divorce. Le mépris indique une position en haut et en bas. Il indique que je ne vous considère même pas comme digne de mon temps. Ces vidéos sont difficiles à regarder. On y voit des gens qui rabaisent leur conjoint.

Hank Smith : 00:32:38 Ils roulent probablement des yeux, n'est-ce pas ?

Dr. Rebecca Clarke : 00:32:40 Oui, ils lèvent les yeux au ciel en se disant : "Encore ça ?" Bien sûr, cela n'aidera pas la relation. Ensuite, il y a la défensive. La défensive, c'est quand j'essaie de détourner l'attention. Peut-être que mon conjoint vient me voir pour me parler d'un problème, et au lieu de lui dire : "Je t'entends. Je veux essayer de résoudre ce problème avec toi", "Eh bien, ce n'était pas ma faute", je vais me contenter de détourner l'attention. "C'est quelque chose que tu aurais dû faire. Tu aurais dû me le dire ou me le rappeler", ou peu importe la situation, et je ne veux pas faire face à ma participation dans le conflit que nous avons.

00:33:16 Le dernier cavalier de l'apocalypse est l'obstruction, c'est-à-dire le fait de se fermer, de ne pas participer du tout. Les hommes ont un cavalier principal, et les femmes aussi. Nous pouvons tous les utiliser, bien sûr, mais les femmes ont tendance à critiquer plus que les hommes et les hommes ont tendance à faire de l'obstruction plus que les femmes. Les hommes reculeront et se tairont, tandis que les femmes attaqueront parfois et s'approcheront.

00:33:46 Je trouve cela vraiment fascinant, l'obstruction de la part des hommes. Souvent, les hommes essaient en fait de faire quelque chose de bien pour la relation dans ces moments-là. Ils essaient d'éviter d'attaquer. Nous savons que dans les conflits conjugaux, les hommes sont physiologiquement plus excités

que les femmes en cas de conflit. Cela les blesse physiquement. Ils s'énervent davantage lorsqu'ils discutent de questions relationnelles. Il leur est plus difficile de décompresser.

- 00:34:19 Parfois, ils dressent un mur. Si vous les entendez en parler, ils diront des choses comme "Je ne voulais pas aggraver les choses, je ne voulais pas envenimer les choses", alors que leurs épouses diront des choses comme "Il ne me parle jamais de ça". Je ne voulais pas envenimer les choses", alors que leurs épouses diront des choses comme : "Il ne me parle jamais de ça. Il se ferme. Il me met à l'écart." C'est un aspect intéressant de la question.
- 00:34:35 Les femmes qui émettent des critiques se montrent parfois offensives. Elles essaient d'établir un lien à leur manière. Ce n'est pas la meilleure façon, mais elles abordent au moins le conflit relationnel et tentent de le résoudre. Peut-être que la critique n'est pas un moyen efficace d'y parvenir.
- 00:34:52 Mais ces quatre cavaliers peuvent se rassembler en une constellation de comportements qui peuvent être très gênants pour les mariages. Mais, encore une fois, le plus fort est le mépris. Nous devons être attentifs à tout cela dans notre communication. Le mépris s'accompagne d'un état d'esprit, d'un sentiment qui n'est pas vraiment favorable à la relation. Ces autres comportements, l'attitude défensive, peuvent être protecteurs. La critique peut être une approche pour essayer de comprendre quelque chose. L'obstruction peut être une tentative de garder les choses au calme. Mais le mépris n'a pas vraiment d'effet positif, je ne pense pas. Il provient d'une attitude qui consiste à considérer l'autre comme inférieur.
- Hank Smith : 00:35:33 Lions cela à 4 Néphi alors, parce que cela ressemble à un éloge au lieu d'une critique. Serait-ce le respect et l'amour au lieu du mépris ? La défensive. Quel serait le contraire de la défensive ?
- Dr. Rebecca Clarke : 00:35:48 L'attitude défensive consisterait à prendre ses responsabilités. C'est dire : "Je comprends que je fais partie du problème. Je n'essaie pas de me décharger sur vous de la responsabilité de tout cela."
- Hank Smith : 00:36:01 "Tu fais ça aussi".
- Dr. Rebecca Clarke : 00:36:03 Oui, "Vous le faites aussi". C'est un faux-fuyant, comme nous le disons. Il suffit de regarder là-bas.

- Hank Smith : 00:36:07 L'éloge, le respect, la prise de responsabilité. Le contraire de l'obstruction serait peut-être l'ouverture ?
- Dr. Rebecca Clarke : 00:36:12 Oui, je pense que c'est le cas. L'obstruction peut être très utile pour les relations et les mariages en cas de conflit. Si un partenaire se sent déstabilisé sur le plan émotionnel, il peut être très utile de faire une pause. "Il faut que j'aie vu ce qui se passe. Donnez-moi une seconde." C'est l'antidote. Le mépris, l'antidote, c'est l'amour. Il faut changer d'état d'esprit. Tout comme on peut apprendre à haïr ou apprendre à haïr, je pense qu'on peut apprendre à aimer.
- Hank Smith : 00:36:42 Je pense que vous avez raison. Je peux sentir... Ce ne sont peut-être pas les mêmes mots qui sont utilisés dans 4 Néphi, les quatre cavaliers contre les quatre antidotes, comme nous les appelons là-bas. Je ne sais pas. Vous pouvez sentir les quatre cavaliers s'approcher dans la seconde moitié. Ils avaient les quatre antidotes qui fonctionnaient, et puis ces quatre cavaliers se sont glissés parmi eux. L'orgueil, l'exercice du pouvoir et de l'autorité. Ce ne sont pas les mêmes mots, mais c'est du mépris. C'est la critique.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:37:06 Oui, c'est vrai. Je pense qu'il y a tellement de pouvoir dans la façon dont nous voyons les autres. Je pense que c'est l'une des choses que nous apprenons dans 4 Néphi, c'est la façon dont nous voyons les autres. Lorsque nous sommes vus et aimés pour ce que nous sommes, ce que le Christ fait parfaitement pour nous, cela ne veut pas dire qu'il veut que nous restions dans un état d'imperfection. Ce n'est pas ce qu'il veut non plus. Mais il nous aime pour ce que nous sommes. Cela peut être très motivant pour nous dans nos relations lorsque nous sommes vus. Quiconque a passé un peu de temps avec un enfant en bas âge connaît ce refrain inné : "Regarde-moi, regarde-moi. Regarde-moi. Regarde-moi." Je ne pense pas que nous puissions nous en défaire complètement.
- 00:37:50 L'un des cadeaux les plus affectueux que nous puissions faire dans nos relations et l'un envers l'autre est de vraiment voir l'autre, ce qui peut prendre du temps. Lorsque j'ai rencontré des couples dans le cadre de thérapies conjugales, j'ai appris à quel point il est important pour les partenaires de se sentir vus. En fait, c'est ce qui constitue le travail d'une grande partie de la thérapie conjugale, ralentir les choses pour qu'ils puissent s'entendre et se voir, plutôt que d'entrer dans ces espaces avec les quatre cavaliers qui brouillent les pistes. Les gens regardent partout sauf vers leur vrai partenaire et ce qu'ils vivent vraiment.

- 00:38:27 Se voir clairement est un principe céleste. Dans les Doctrine et Alliances, à la section 76, verset 94, nous lisons à propos de ceux qui sont dans le Royaume céleste : "Et ils voient comme ils sont vus et ils savent comme ils sont connus. Il est dit : "Ils voient comme ils sont vus, et ils savent comme ils sont connus." Le fait d'être remarqué a un tel pouvoir.
- 00:38:44 L'autre jour, je discutais avec Owen, mon fils aîné âgé de 17 ans. Je lui ai demandé : "Quand t'es-tu senti le plus aimé par moi ou par papa ?" Il m'a rapidement indiqué une promenade en famille que nous avons faite quelques semaines auparavant, un dimanche après-midi, en remontant le canyon. Il passait une journée très difficile. Un week-end difficile, une journée difficile. Il ne voulait pas être là. Il est à la traîne et j'essaie de motiver tout le monde. Je marche devant et je charge.
- 00:39:12 Mais Sam, mon mari, s'est retourné et a regardé Owen. Il l'a arrêté et l'a serré dans ses bras, et c'est tout. Il n'a rien dit de magique ou de guérisseur. En fait, il n'a rien dit du tout. Il l'a juste pris dans ses bras.
- 00:39:28 En me racontant cela, Owen s'est étranglé. Il a dit : "Je me suis senti tellement soulagé." Puis il a ajouté : "Ce qui comptait, c'était que papa s'en aperçoive." La façon dont nous nous voyons les uns les autres est d'une importance vitale. Si nous ne nous voyons pas clairement, nous ne pouvons pas nous connecter. Je pense que c'est à ce moment-là que la déconnexion commence vraiment. Parfois, nous sommes aveugles à notre propre aveuglement. Nous voyons ce que nous pensons déjà savoir.
- 00:39:54 Nous avons eu des poulets pendant une vingtaine d'années chez nous. Il s'agissait de poules pondeuses, dont nous renouvelions périodiquement le lot. Au printemps, nous avons eu cinq poules, que les enfants ont appelées Clam, Carrot, Katie, Zebra et Star. Sam et moi avons rapidement remarqué que Star, la poule, s'en prenait vraiment aux autres poules. Elle était autoritaire et bruyante. En plus de cela, elle était gargantuesque. Elle était presque deux fois plus grosse que les autres poules.
- 00:40:24 Un jour, toutes les poules se promenaient dans notre cour. Nous sommes au début de l'été. Ils ont presque grandi. Notre voisin, le frère Young, est venu nous rendre visite. Il connaissait bien l'élevage des poulets. Nous avons commencé à lui parler de nos problèmes avec Star. C'était comme si Star manifestait tous ses mauvais comportements sur place.

00:40:42 Je n'oublierai jamais cette question rhétorique qu'il nous a posée ce jour-là. Après avoir regardé les poulets et nous avoir regardés et avoir regardé les poulets et nous avoir regardés, il a dit : "Eh bien, vous pouvez voir que Star est un coq". Au moment où il l'a dit, nous avons commencé à rire. Pour la première fois, Star a un peigne. Star fait le coq, elle nous réveille tous les matins en essayant d'être le coq, le responsable des autres poules. Même si c'était tout à fait clair pour nous au moment où il l'a dit, parce qu'on nous avait dit au magasin qu'elles étaient toutes des poules, nous ne l'avons pas remarqué. Nous n'avons tout simplement pas envisagé la possibilité d'autre chose.

00:41:19 Parfois, nous ne voyons pas la réalité des autres, même de ceux qui nous entourent. "Bien sûr qu'ils devraient être heureux". Bien sûr ceci, bien sûr cela. Mais si nous prenons le temps de dire aux gens, d'être avec eux et d'essayer de les voir, "Qu'est-ce que tu veux ? "Qu'est-ce que tu désires ?", ce serait un excellent début de conversation dans n'importe quelle relation familiale. "Où en es-tu en ce moment ? Comment vous sentez-vous émotionnellement ?" C'est l'une des grandes leçons de relations que je retiens de 4 Néphi.

Hank Smith : 00:41:53 Deux idées me sont venues à l'esprit. Premièrement, je sais que dans la thérapie comportementale dialectique, il y a une pratique appelée l'esprit du débutant, où vous arrivez dans une situation en essayant de ne pas avoir ces idées préalables sur ce que les gens sont, qui ils sont. L'un de mes exemples préférés dans les Écritures est celui de Luc 7, où une femme entre ... Le Sauveur est en train de dîner avec un pharisien et une femme entre. Tout le monde la voit. Elle interrompt le repas. Simon le pharisien, dans son esprit, dit : "C'est une pécheresse." Jésus se tourne vers Simon ... Il faut faire attention à ses pensées, je pense, si Jésus est dans la pièce parce que...

Dr. Rebecca Clarke : 00:42:32 Oui, c'est vrai.

John Bytheway : 00:42:33 Il peut juste lire vos pensées.

Dr. Rebecca Clarke : 00:42:35 Il a compris.

John Bytheway : 00:42:36 "Alors, Simon, j'ai une question."

Hank Smith : 00:42:38 Il le fait.

Dr. Rebecca Clarke : 00:42:38 Il s'avère que.

- Hank Smith : 00:42:38 Il a dit : "Simon, j'ai une question à te poser", et cela correspond tout à fait à ce que tu nous dis, Rebecca. Il a dit : "Simon, vois-tu cette femme ?" Il est évident que tout le monde la voit, mais ce que tu dis, c'est qu'il ne s'agit pas seulement de voir quelqu'un. Il s'agit d'essayer de voir qui elle est au lieu de l'étiquette ou de ce que l'on croit voir.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:42:59 Mm-hmm. Ou ce que vous aimeriez voir ? C'est souvent le cas dans nos relations. J'aimerais que mon mari soit toujours satisfait de sa femme et de tout ce que j'apporte à la relation. C'est ce que je souhaite, alors peut-être que je ne lui demanderai pas parce que je ne veux pas découvrir que ce dont il a vraiment besoin ou ce qu'il veut ...
- 00:43:22 Et je pense que c'est merveilleux d'y assister et d'essayer de cartographier les gens et d'essayer de comprendre où ils en sont. Nous savons qu'il y a deux grands aspects de l'éducation des enfants, à savoir l'amour qu'on leur porte, mais aussi les limites, les attentes et la surveillance des comportements, le fait de savoir où ils se trouvent, pas seulement chez tel ou tel ami, mais aussi ce qu'ils pensent de cet ami, de cette relation, des gens qu'ils côtoient.
- 00:43:51 C'est ce que nous faisons et c'est ce que nous voyons dans 4 Néphi à une plus grande échelle, où il est question d'amour communautaire, de paix et de bonheur. Ils sont devenus bons pour ne pas -ite-iser les gens. Nous allons en faire un verbe pour une seconde, ne pas -ite- les gens, ne pas les voir comme un monolithe ou comme autre chose que, ne pas avoir de mépris ou de contestation avec eux.
- 00:44:16 J'adore cette citation de [Malcolm Gladwell](#) dans son livre intitulé Talking to Strangers. Il s'intéresse aux personnes que nous ne connaissons pas, s'éloignant ainsi un instant des relations familiales. Il dit : "Nous pensons que nous pouvons facilement voir dans le cœur des autres en nous basant sur les indices les plus ténus. Nous sautons sur l'occasion de juger les étrangers. Nous ne nous ferions jamais cela à nous-mêmes, bien sûr. Nous sommes nuancés, complexes et énigmatiques, mais l'étranger est facile. Si je peux vous convaincre - il parle alors de son livre - d'une chose dans ce livre, que ce soit celle-ci : les étrangers ne sont pas faciles.
- 00:44:50 4 Néphi nous enseigne que la façon dont nous nous voyons les uns les autres a un impact profond sur notre bonheur. Au début de mon mariage, j'étais étudiante dans un programme d'études supérieures en thérapie conjugale et familiale, et j'apprenais à faire partie de mon mariage en même temps que je suivais des

cours sur ce qui rendait les mariages les plus heureux. J'étais une étudiante attentive.

- 00:45:08 Je n'oublierai jamais un cours en particulier. Je me dépêchais de sortir pour arriver à l'heure à l'école. J'ai été gêné par le fait qu'une de nos voitures ne fonctionnait pas et que Sam était censé la réparer, ce qui n'a pas été fait. En partant, j'ai dit quelques mots acerbes à Sam et j'ai ponctué mes commentaires par un geste de jeune marié vraiment immature et j'ai claqué la porte derrière moi. J'arrive en retard à la conférence, je suis moralisatrice, je mijote.
- 00:45:34 Au moment où mon professeur a dit cela, et je l'ai dans mes notes, elle a dit : "L'amour, c'est ouvrir l'espace pour que votre partenaire puisse se présenter comme un autre légitime". J'ai dû m'asseoir à mon bureau pendant toute cette période, sachant que j'avais délégitimé mon mari. Je lui avais fermé l'espace. Je ne l'avais pas considéré comme une personne ayant des désirs, des besoins et un emploi du temps qui lui était propre. J'ai dû attendre de pouvoir rentrer à la maison et dire que j'étais désolée. Ce n'est là qu'une des nombreuses leçons importantes que j'ai apprises sur les relations et le mariage dans le cadre de mon programme de thérapie conjugale et familiale.
- 00:46:08 L'une des choses les plus intéressantes que j'ai apprises concerne la façon dont nous nous voyons les uns les autres. Un philosophe juif autrichien du nom de [Martin Buber](#) a travaillé sur la façon dont nous sommes en relation les uns avec les autres, sur la façon dont nous voyons l'autre. Selon sa théorie, nous voyons l'autre de deux manières. Soit nous voyons les autres personnes dans notre vie comme dans une orientation "je" ou "il"... Je vous vois comme un "ça", un objet, une chose, soit vous allez m'apporter quelque chose, soit vous allez me gêner d'une manière ou d'une autre ... soit nous nous voyons comme un vœu. Il était religieux et utilisait un langage religieux. Dans cette orientation, nous considérons les autres comme des êtres divins. Nous comprenons en fait qu'il y a de la divinité en eux.
- 00:46:51 La partie I de l'orientation I-it, je suis la partie la plus importante de ce type de perspective. Si, dans ma vie et mes relations, tout tourne autour de moi, les autres ne seront jamais tout à fait réels pour moi.
- 00:47:09 Nous pouvons facilement glisser dans cette façon de voir les gens sans nous en rendre compte. Nous pouvons être aveugles, comme nous ne savions pas qu'il fallait chercher un coq dans la bande de poules que nous avons, dans le petit troupeau de

poules que nous avons. Mais lorsque je vois mon mari comme un "ça", comme le réparateur de ma voiture en panne, comme un salaire, comme quelqu'un qui vient chercher les enfants, j'ai glissé dans la pensée du "je" et je l'ai transformé en objet.

00:47:35 S'il me voit comme une cuisinière ou une sorte d'obstacle pour savoir combien je vais lever les yeux au ciel et combien elle va dépenser ce mois-ci, ou comme un rappel de toutes les choses qu'il doit réparer, s'il me voit comme ça, alors nous nous sommes l-ités l'un l'autre. Même si je considère mes enfants comme un projet, même si je les considère comme la source de ma valeur personnelle, c'est aussi du je-it.

00:48:01 Les médias sociaux sont inondés de cette perspective du "je" qui consiste à traiter les gens comme des objets, à créer des idoles ou des caricatures à partir d'êtres humains réels. Parfois, dans notre discours public, nous parlons de groupes entiers de personnes comme s'ils étaient à peine humains. Si nous avons une relation étrange, c'est peut-être là qu'il faut chercher. Si nous traitons quelqu'un comme un objet, c'est peut-être que nous ne savons pas ce qu'il y a vraiment dans son cœur. Nous ne regardons pas leur réalité ou leur divinité.

Hank Smith : 00:48:29 Puis-je vous demander de revenir sur l'un d'entre eux, à savoir les parents qui considèrent les enfants comme des objets ? Parce que je peux être aveuglé par le fait, et c'est un fait, que je veux le meilleur pour eux.

Dr. Rebecca Clarke : 00:48:43 Oui.

Hank Smith : 00:48:44 Mais il peut toujours s'agir d'un l-it

Dr. Rebecca Clarke : 00:48:45 Mm-hmm. Je pense que l'on veut ce qu'il y a de mieux pour les gens dans la position du je-tu. Je pense que si vous voulez ce qu'il y a de mieux pour quelqu'un, vous vous éloignez automatiquement du "je". Je ne pense pas que vous les considériez comme un objet.

Hank Smith : 00:49:04 Je veux ce qu'il y a de mieux pour toi parce que ce qu'il y a de mieux pour toi me profite.

Dr. Rebecca Clarke : 00:49:04 Oui, parce que cela me donne bonne mine. Je veux que tu gagnes le concours d'orthographe parce que je me sentirai fière et intelligente. C'est ce que l'on appelle le "je" de votre enfant. Dire : "Je veux que tu gagnes le concours d'orthographe parce que je sais que c'est important pour toi, alors répétons les

mots", c'est un je-tu, "parce que je sais que c'est important pour toi". Il s'agit de les cartographier.

- 00:49:24 Ce qui est bien avec le I-it, I-thou, c'est que le I est relié par un trait d'union dans les deux espaces. Cela reflète vraiment si je traite les gens, je suis lié à la façon dont je traite les gens, c'est ce que je dis. Je suis lié à mon point de vue sur les autres. Si je vois les gens comme des êtres humains, comme des enfants de Dieu, comme des êtres divins, comme des êtres réels et légitimes, cela me rend, cela rend le moi qui est lié à cela un peu différent. Je me déplace dans le monde différemment.
- 00:49:53 Si nous entrons dans l'orientation Je-Tu, je verrai les autres comme un moi plein et légitime. Je verrai le divin dans les gens. Je saurai ce qu'ils veulent parce que je le leur ai demandé. Je comprendrai qu'ils sont distincts de moi, mais qu'ils ont des pensées, des besoins, des désirs et des souhaits aussi légitimes que les miens, de sorte que lorsque nous lisons sur les gens heureux dans 4 Néphi, nous voyons qu'il n'y a pas de -ites. Il n'y a pas d'autres personnes. Ils ne se sont pas divisés en groupes en fonction de leur richesse, de leur sexe, de leurs réalisations ou d'un quelconque parti politique, parce que pour le Christ, les -ites n'existent pas. Tous sont semblables à Dieu. C'est ce que nous pouvons modeler si nous pouvons ...
- 00:50:41 Comment passer à la perspective Je-Tu ? Nous passons d'une perspective à l'autre tout au long de notre vie. Mais la réponse est qu'il suffit de choisir d'entrer dans la perspective du je-tu.
- 00:50:54 J'ai une amie qui a enseigné l'écriture à BYU pendant des années, et elle a créé un devoir très puissant pour ses étudiants. Elle a créé un devoir très puissant pour ses étudiants, qui permet de passer du "je" au "je". Elle a demandé à ses étudiants de rédiger deux articles. Le premier consistait à caractériser un groupe de personnes, à identifier une question sociale, religieuse ou politique avec laquelle ils n'étaient pas du tout d'accord, puis à écrire.
- 00:51:18 Le premier devoir consistait à décrire les caractéristiques des personnes qui défendent ces différents points de vue. Ensuite, les étudiants ont dû interviewer deux personnes qui défendaient réellement ces différents points de vue. Le deuxième document était un compte rendu de ce que les étudiants avaient appris au cours de l'entretien. Les descriptions initiales, lorsque les élèves caractérisaient d'autres personnes qui pensaient différemment d'eux, contenaient des mots descriptifs tels que "Ces personnes sont égoïstes, extrêmes, sur la défensive, ignorantes, myopes et, franchement, sans

éducation". Il s'agit là d'un point de vue assez solidement ancré sur le "je".

00:51:53 Le deuxième document a été rédigé après l'entretien, et les participants à l'entretien avaient pour mission d'écouter. Ils devaient simplement poser des questions et essayer de comprendre. Ils ne pouvaient pas essayer de leur dire comment c'était ou de leur donner une leçon ou quoi que ce soit de ce genre, et vous pouvez entendre ce changement, ce beau changement, du je-ça au je-tu.

00:52:09 L'un d'eux a écrit : "Après l'avoir écoutée, j'ai réalisé que nous avons beaucoup plus en commun que je ne le pensais", ou "J'ai appris qu'elle était prête à partager ses idées d'une manière plus aimable que je ne le croyais possible", et ceci est vraiment important : "Je peux maintenant comprendre pourquoi il a cette croyance". Le simple fait de voir que les autres personnes étaient réelles et légitimes. En écoutant, ils ont compris que les gens étaient réels et légitimes et même divins. Si nous nous surprenons à agir de la sorte avec les autres, nous pouvons changer notre façon de voir les choses.

Hank Smith : 00:52:42 J'ai remarqué quelque chose au verset 15 à propos de l'absence de dispute. Il est dit : "Il n'y avait pas de querelles dans tout le pays, à cause de l'amour de Dieu qui habitait le cœur du peuple." Ce n'est donc pas nécessairement qu'ils s'aimaient les uns les autres. C'était "j'aime Dieu" et je choisis de ne pas avoir de conflit.

00:53:02 Parfois, dans ma maison, je me concentre trop sur l'amour des frères et sœurs et je me dis : "Oh, il n'y aura pas de conflit si tu aimes tes frères et sœurs". Mais en réalité, comme vous l'avez dit, la dispute est un choix. Je pense que nous choisissons la dispute lorsque nous n'avons pas de relation avec Dieu. Je remarque que lorsque je sors du temple, je n'ai pas envie de me battre. Ce n'est pas parce que j'en sors en aimant les autres autant que j'en sors en aimant Dieu.

Dr. Rebecca Clarke : 00:53:25 C'est vrai. C'est cette relation verticale et horizontale, et lorsque nous aimons Dieu, cela va probablement imprégner le reste de nos relations. Cela va aussi se déplacer latéralement. Je pense que nous pouvons apprendre à aimer.

00:53:39 [Jason Carroll](#), professeur à BYU, a donné une fantastique dévotion BYU sur l'amour en 2019. Il a souligné ceci. Je vais le citer juste une minute parce que c'est magnifique. Il a dit : "Le mot amour apparaît cinq fois dans la Proclamation sur la famille, et à chaque fois il est lié à des mots d'action tels

qu'aimer et prendre soin ou aimer et servir. Ainsi, le langage du Seigneur suggère que l'amour fait partie de notre champ d'action. L'amour est quelque chose que nous faisons, que nous pouvons contrôler et, en fin de compte, que nous pouvons choisir. Sinon, Dieu ne pourrait pas nous ordonner de nous aimer les uns les autres".

00:54:15 Bien que nous ne puissions pas nous forcer à aimer les autres, cet amour profond vient de Jésus-Christ. Jason Carroll poursuit son dévouement en disant : "Nous pouvons être dotés de l'amour du Christ, et cela implique de voir comme Il voit et de comprendre comme Il comprend." Je ne pense pas que ce soit quelque chose qui soit hors de notre portée. C'est quelque chose que nous pouvons accomplir dans nos relations.

Hank Smith : 00:54:38 Wow. Wow. Il n'y a pas de -ites.

Dr. Rebecca Clarke : 00:54:43 Il n'y a pas de -ites.

John Bytheway : 00:54:45 Nous sommes en octobre 2021, à la Conférence générale. [Frère Holland](#) a parlé de 4 Néphi et a dit : "Lorsque l'amour de Dieu donne le ton à notre propre vie, à nos relations mutuelles et, en fin de compte, à nos sentiments pour toute l'humanité, alors les vieilles distinctions, les étiquettes limitatives et les divisions artificielles commencent à disparaître et la paix s'accroît. C'est précisément ce qui s'est passé dans notre exemple du Livre de Mormon. Il n'y avait plus de Lamanites, de Jacobites, de Joséphites ou de Zoramites. Il n'y avait plus de -ites du tout. Le peuple avait adopté une seule identité transcendante. Ils devaient tous, est-il écrit, être connus comme les enfants du Christ".

00:55:27 Je viens de penser à un moment de ma mission. J'ai servi aux Philippines. Il y avait sept Elders dans cette pièce, et je me souviens avoir regardé autour de moi et m'être dit : "Je suis le seul à venir des États-Unis". Il y avait un Elder des Philippines, d'Australie, de Nouvelle-Zélande, du Canada. Nous n'essayons pas d'être les mêmes.

00:55:48 J'aime le vieil adage qui dit que "l'harmonie, c'est être différent ensemble", mais nous avons tous le nom de Jésus-Christ sur nos badges, et c'est ce qui nous a amenés dans cette même salle avec cet objectif commun. C'était un moment intéressant de penser à cela.

00:56:04 Je me souviens des trois identités du [président Nelson](#) pour les jeunes adultes célibataires. "Je suis un enfant de Dieu. Je suis un

enfant de l'alliance. Je suis un disciple du Christ." J'avais cette note à côté du verset 17.

- 00:56:18 Nous ne demandons pas à quelqu'un d'abandonner sa culture ou son héritage, mais j'étais dans cette pièce avec tous ces gens de différents pays, mais nous étions unis en tant qu'enfants du Christ essayant de partager l'Évangile avec les gens. C'était un moment poignant pour moi de me souvenir de cela.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:56:36 J'adore cela. L'amour de Dieu est un unificateur supérieur. Il va au-delà. Ces gens étaient unifiés parce qu'ils avaient choisi d'être unis dans le Christ. Ils n'ont pas introduit de rangs, ils n'ont pas attribué de valeur à des choses que le Christ a dit que nous ne devrions pas apprécier, comme cela s'était produit précédemment dans 3 Néphi 6:12, en fonction de leurs richesses ou de leurs chances d'apprendre, de leur éducation.
- 00:56:59 Dans [4 Néphi](#), au verset 3, nous voyons que l'accent est mis sur ce qu'ils avaient en commun. Il n'est pas dit qu'ils devaient penser de la même manière. Il n'est pas dit qu'ils devaient tous avoir le même travail, le même nombre d'enfants ou le même plat pour le dîner tous les soirs. L'important n'est pas la similitude, mais l'unité en Jésus-Christ.
- 00:57:20 L'unité comme le Père et le Fils sont unifiés, l'unité dans le but et l'amour. Lorsqu'ils cessent d'être unis, les choses commencent vraiment à s'effondrer, et elles s'effondrent rapidement.
- John Bytheway : 00:57:32 Quand je pense à l'absence de dispute, c'est juste une autre façon de dire Sion, un seul cœur. Puis, à la fin, au verset 26, ils commencent à être divisés en classes, comme dans 3 Néphi 6:12 que vous avez mentionné.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:57:45 Mm-hmm.
- John Bytheway : 00:57:45 Divisé, unifié, divisé.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:57:47 C'est stupéfiant de voir à quel point ils perdent la tête. Ils le perdent complètement au verset 24.
- John Bytheway : 00:57:53 C'est tellement triste.
- Dr. Rebecca Clarke : 00:57:54 C'est tellement triste. Vous vous dites : "Pourquoi ne pouvez-vous pas le garder ? Vous avez fait le paradis sur terre."
- John Bytheway : 00:57:59 "Tu étais si heureuse".

Dr. Rebecca Clarke : 00:58:00 "Pourquoi laisseriez-vous tomber ?"

Hank Smith : 00:58:02 En parlant d'inclusion, regardez le verset 2 : "Tout le peuple se convertit au Seigneur." Puis allez au verset 46 : "Il n'y avait pas de justes." Il y a tous d'un côté et aucun de l'autre. Nous passons de tous à aucun en un seul chapitre.

Dr. Rebecca Clarke : 00:58:21 C'est fascinant. C'est intéressant que vous remarquiez cela parce que le verset 24 est juste là où ça s'arrête, et c'est presque au milieu de ces deux nombres. Au verset 24, "Il commença à y avoir parmi eux des gens qui s'enflaient d'orgueil en portant des vêtements coûteux et toutes sortes de perles fines", et les divisions se sont installées et les choses commencent vraiment à s'effondrer. Au verset 25, "Leurs biens et leur fortune ne sont plus en commun entre eux."

00:58:50 C'est très intéressant. Au chapitre 27, nous avons entendu le Christ parler de le vendre pour de l'argent et de l'or. C'est faire passer les choses avant les relations. La recherche nous apprend aujourd'hui qu'à mesure que les sociétés se développent et deviennent plus riches, elles ont tendance à devenir moins religieuses. Elles ont tendance à se détourner de Dieu. Nous savons que les mariages qui sont très matérialistes sont moins satisfaisants.

00:59:17 Ces choses peuvent simplement nous distraire. Il est intéressant d'en être conscient et de ne pas se laisser distraire lorsque les choses vont bien. C'est l'une des grandes questions qui se posent ici. On se demande comment ils auraient pu le garder et on se dit que s'ils avaient simplement continué à se concentrer. Au verset 27, ils commencent à recevoir toutes sortes de méchancetés. Je pense que le verbe recevoir...

John Bytheway : 00:59:39 Accepter.

Dr. Rebecca Clarke : 00:59:41 Oui, faites-le entrer, il y a quelque chose de volontaire là-dedans. Au verset 31, les non-croyants ont endurci leur cœur et cherchent à nuire aux croyants. Ils ont perdu la foi. Ils ont perdu le bonheur. Ils n'étaient pas obligés de le faire. Je pense que c'est la partie importante de 4 Néphi. Comme nous le disions, au tout début, nous pouvons continuer, persévérer jusqu'à la fin. Nous pouvons y rester. Nous pouvons continuer à nous repentir et à revenir à Jésus-Christ.

Hank Smith : 01:00:07 J'ai remarqué qu'on pouvait aussi comparer le verset 15 et le verset 28. Le verset 15, nous l'avons lu plusieurs fois aujourd'hui. "Il n'y avait pas de dispute dans le pays, à cause de

l'amour de Dieu qui habitait le cœur du peuple." Verset 28, "A cause de la puissance de Satan, qui s'est emparée de leurs cœurs, l'amour de Dieu dans le cœur du peuple ou la puissance de Satan s'empare de leur cœur."

- Dr. Rebecca Clarke : 01:00:33 C'est vraiment là où nous nous concentrons, la façon dont nous sommes aimants et choisissons de l'être est si importante. L'évangile de Jésus-Christ est un évangile de connexion. Nous pouvons nous repentir et nous réorienter vers le Christ. Nous pouvons entrer dans des relations d'amour avec le divin et les uns avec les autres, et nous pouvons continuer à répéter ce processus. Lorsque nous prenons le sacrement chaque semaine, nous prenons part à l'eau et au pain.
- 01:01:00 L'eau me rappelle l'eau vive, le Christ, et ce qu'il a fait et peut faire pour nos esprits. Elle réaffirme le lien éternel que nous avons avec lui et notre dépendance à l'égard de notre relation avec lui. Mais le pain est intéressant pour moi de cette manière. Le pain me rappelle ce que le Christ a fait pour les autres lorsqu'il était sur terre. Il a une signification mortelle. Le Christ a multiplié les pains pour nourrir les affamés. Il a rompu le pain pour être en communion avec ses amis. Il l'a partagé avec ses semblables. Lorsque je partage le pain, cela me donne l'occasion de réévaluer ma relation à l'image du Christ avec mes semblables.
- 01:01:44 En substance, le sacrement peut être une occasion hebdomadaire et un rappel pour renforcer les relations verticales et horizontales. Lorsque nous apprenons à aimer et à nous relier au divin et les uns aux autres en vivant l'Évangile de Jésus-Christ et en cherchant à devenir comme le Christ, nos relations s'améliorent et nous sommes heureux.
- Hank Smith : 01:02:09 J'adore. Rebecca, merci beaucoup de nous avoir guidés à travers ces chapitres. Je vais toujours voir les relations, et j'aime avoir une nouvelle perspective. Je pense que nos auditeurs seraient intéressés par votre expérience du Livre de Mormon dans son ensemble, alors que vous avez enseigné l'anglais pendant deux décennies et que vous enseignez maintenant le mariage et la famille. Comment le Livre de Mormon se comporte-t-il dans ces deux domaines ?
- Dr. Rebecca Clarke : 01:02:36 C'est une chose magnifique. Je vois des relations et des conseils sur les relations partout où je regarde. C'est dans les Écritures et dans le Livre de Mormon en particulier que je trouve les meilleurs conseils en matière de relations et de guérison, parce qu'ils nous révèlent si clairement la nature de Jésus-Christ et la façon dont il interagit avec nous.

01:02:59 J'aime ce petit groupe de chapitres, mais je pense que nous pouvons extrapoler cela à l'ensemble du Livre de Mormon. Nous devons nous laisser aller. Nous devons nous perdre nous-mêmes, les parties faibles, les parties motivées par l'ego. Nous devons nous perdre pour avoir le courage de laisser partir cette partie, celle qui nous semble si importante, mais qui n'est peut-être pas la meilleure pour nous. Le Livre de Mormon nous encourage à le faire et nous montre ce qui se passe lorsque nous ne sommes pas disposés à le faire et lorsque nous sommes disposés à le faire.

01:03:33 Cela nous permet d'entrer dans ces relations avec le divin et les uns avec les autres. Je suis très reconnaissante au Livre de Mormon, à la façon dont il raconte des histoires de familles, de cultures, de personnes et de relations. Je pense que c'est un endroit magnifique pour apprendre à aimer et à avoir de merveilleuses relations avec Dieu et avec les autres.

Hank Smith : 01:03:56 John, n'est-ce pas merveilleux ce qu'un saint des derniers jours fidèle, instruit et aimant peut faire avec ce livre magnifique ? C'est ce que vous et moi expérimentons chaque semaine, et cette semaine n'a pas été différente.

John Bytheway : 01:04:08 Oui, c'est vrai. Un autre rappel, ce sont de vraies personnes avec de vrais problèmes dans ce livre. Il n'y a pas de familles parfaites dans ce livre, à commencer par Léhi et Sariah et leur assortiment intéressant jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de Néphites. Les leçons sont là. Cherchez-les. Merci de nous l'avoir montré.

Hank Smith : 01:04:28 Merci de votre présence.

Dr. Rebecca Clarke : 01:04:29 Oh, c'était merveilleux. Je vous remercie.

Hank Smith : 01:04:32 Oui, c'est vrai. Ardeth, elle t'a rendu fier.

John Bytheway : 01:04:34 Woo-hoo.

Dr. Rebecca Clarke : 01:04:35 Maman, j'ai réussi.

Hank Smith : 01:04:36 Oui, c'est vrai. Sur ce, nous tenons à remercier le Dr Rebecca Clarke pour sa présence parmi nous aujourd'hui. Ce fut un plaisir. Nous tenons à remercier notre productrice exécutive Shannon Sorensen, nos sponsors David et Verla Sorensen, et à chaque épisode, nous nous souvenons de notre fondateur Steve Sorensen. Nous espérons que vous vous joindrez à nous la semaine prochaine. Nous sommes dans le Livre de Mormon sur FollowHIM.



## I'M NOT MORMON: HE DIED A LONG TIME AGO



- Hank Smith : 00:03 Bonjour, mes amis. Bienvenue à une autre émission de followHIM Favorites. John et moi partageons une histoire pour accompagner la leçon de chaque semaine. John, nous sommes dans le 3e Néphi 27, et nous parcourons le 4e Néphi. C'est une petite partie des Écritures, mais elle couvre beaucoup de temps. Vous m'avez dit que vous avez une histoire qui va avec, je crois, 3e Néphi 27 ?
- John Bytheway : 00:24 Oui, c'est vrai. Avec tous ces livres, nous pourrions trouver beaucoup d'histoires. En voici une qui me vient à l'esprit. Vous souvenez-vous, Hank, que dans 3e Néphi 27, Jésus était parti, mais les disciples se réunissaient et s'unissaient dans une prière puissante, et vous souvenez-vous de la question qu'ils allaient poser au Seigneur ?
- Hank Smith : 00:39 Comment voulez-vous que nous appelions l'église ?
- John Bytheway : 00:41 Comment devrions-nous appeler cette Église ? Le président Nelson a récemment parlé de la section 115, "Ainsi mon Église sera-t-elle appelée l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours". Cela rend cette histoire encore meilleure. J'ai un ami à qui il a donné des conférences, en particulier pour les jeunes. Il est directeur d'institut et professeur de séminaire depuis toujours, il s'appelle Scott Anderson. Il a écrit dans l'un de ces livres de l'EFY, vous vous souvenez de ces Hank ? Il a écrit un chapitre dans Return with Honor, et j'ai trouvé cela très drôle parce que la façon dont une question l'a frappé différemment. Il a dit : "C'était une journée typique. Je suis entré dans l'avion, j'ai trouvé mon siège." Il est dans un avion de ligne. "Peu avant le décollage, j'ai discuté avec les personnes assises à côté de moi. J'ai découvert qu'il s'agissait de professeurs d'université du Texas et qu'ils étaient chrétiens. Ils m'ont demandé où j'habitais et dès qu'ils ont su que je venais de l'Utah et que j'habitais même dans la vallée du lac Salé, ils m'ont demandé si j'étais mormon.

01:32 Je ne sais pas trop pourquoi la question m'a frappé comme elle l'a fait. C'est peut-être parce que j'avais lu les écrits de Mormon la nuit précédente et que ma réponse m'a même surpris. J'ai dit : "Oh, non, non, non. Si j'étais mormon, je serais de grande taille. Je serais impressionnant. Je pourrais même porter une armure. Je pense qu'il est clair que je ne suis pas mormon. Est-ce que je donne cette impression ? Je n'en sais rien. Merci beaucoup. C'est très gentil. Et ils se sont dit : "Oh, attendez". Il a dit : "J'ai laissé couler". Puis j'ai dit : "Eh bien, qu'est-ce que vous pensez que c'est, Mormon ? Et ils m'ont répondu : "Euh, nous pensions que c'était une église". Il m'a répondu : "Non, non, non. C'est un homme. Bel exemple. Un de mes héros personnels. Puis-je vous en parler ?" Le voyant de la ceinture de sécurité s'est allumé et ils n'allaient nulle part pendant deux heures, n'est-ce pas ?

Hank Smith : 02:16 Vous avez demandé, n'est-ce pas ?

John Bytheway : 02:17 Oui. "Puis-je vous parler des mormons ? Et ils ont dit : 'Nous pensons que vous allez nous le dire, que nous disions oui ou non'. Il a répondu : "C'est vrai. Scott dit : "Je me suis senti un peu comme Ammon a dû se sentir quand Lamoni a dit : 'Je croirai toutes tes paroles'". Quelle opportunité, et il leur a dit qui était Mormon. Et j'adore cette idée. Si quelqu'un vous dit un jour : "Alors, vous êtes mormon ?" Répondez simplement : "Non. Non, mais vraiment ? Est-ce que j'ai l'air d'être mormon ?" "Oui." "Merci beaucoup. C'est très gentil de votre part. Je ne savais pas que j'avais cette allure militaire."

Hank Smith : 02:50 Puis-je vous parler de lui ?

John Bytheway : 02:51 Oui.

Hank Smith : 02:53 Surtout si vous êtes une jeune femme, vous pouvez dire "Non, je suis une fille". Et puis continuer et dire, "Hé, laissez-moi vous parler de lui." "Vous êtes mormon ?" "Non, il est mort il y a longtemps."

John Bytheway : 03:04 "Et un prophète. Oui, je suis heureux que vous ayez posé la question." Et si possible, demandez-leur d'attacher leur ceinture de sécurité de façon à ce qu'ils ne puissent pas partir, et vous pourrez alors vraiment leur dire.

Hank Smith : 03:12 Nous y voilà. Je vais commencer par le début. Premier Néphi, laissez-moi vous parler de son livre. Nous espérons que vous nous rejoindrez sur notre podcast complet. Il s'appelle followHIM. Vous pouvez l'obtenir là où vous obtenez vos

podcasts. Cette semaine, nous sommes en compagnie de Rebecca Clarke. Elle nous guide à travers ces chapitres d'une manière incroyable. Vous allez adorer.