

MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE DE L'INTERRÉGION

## Le service normal et naturel

Par Joseph W. Sitati

1er conseiller dans la présidence de l'interrégion d'Afrique du Sud-est

*« Les prophètes et les apôtres vivants font appel à vous et moi pour prendre soin de nos frères et sœurs d'une manière plus élevée et plus sainte par le service pastoral. »*

Un samedi après-midi de septembre 1985, notre famille passait un après-midi paisible à l'ombre d'un arbre après un déjeuner tardif à notre nouvelle maison à Gigiri (Nairobi). Nous y avons déménagé plus tôt cette année-là et avons constaté qu'il y avait beaucoup de travail à faire dans le jardin. Nous n'avions pas les fonds nécessaires pour prendre un entrepreneur professionnel en aménagement paysager et nous en avons donc fait un projet familial de faire le travail nous-mêmes. Comme nous l'avions fait la plupart des samedis pendant plusieurs mois, nous avons passé toute la matinée et le début de l'après-midi à arracher la pelouse afin de niveler la surface en préparation pour planter de nouveaux gazons et de nouvelles fleurs.

C'est dans cette situation que, sans rendez-vous préalable, deux messieurs sont entrés par la barrière. L'un d'entre eux était un membre de la famille élargie que nous connaissions bien. Il a présenté son compagnon ingénieur qui était récemment rentré des États-Unis où il était allé étudier.

Cet ingénieur et sa famille sont devenus de nouveaux amis de la famille. Nous avons appris qu'il était membre d'une église qui n'était pas encore établie au Kenya à cette

époque. Peu de temps après, sœur Sitati et moi avons ressenti le désir de passer le voir après avoir rendu visite à un parent qui habitait dans son quartier. Peu après notre arrivée chez lui, le couple missionnaire d'âge mûr, qui nous avait plus tard baptisés dans l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, est arrivé. Après avoir répondu à nos curieuses questions, le couple nous a invités à assister à l'église dans leur maison le dimanche suivant. Nous avons accepté l'invitation. Vous connaissez la suite et, depuis lors, nous avons assisté à l'église tous les dimanches.

Grâce aux interactions normales et naturelles dans notre vie, notre famille est parvenue à apprendre à propos de l'Église et à en devenir membre.



Joseph W. Sitati



Dans de nombreuses collectivités africaines, c'est normal que la famille et les amis se rendent visite à l'improviste. Bien que la commercialisation de la vie ait, dans une certaine mesure, supprimé le temps social que les gens passaient ensemble, la culture de passer spontanément chez un frère, ou chez une sœur et sa famille, ou chez un oncle malade, ou chez une tante éloignée qui a des problèmes dans sa vie, ou chez un neveu qui a réussi l'examen d'État pour les voir est encore bien vivante.

De telles visites sont toujours les bienvenues parce qu'elles sont motivées par le désir du visiteur pour le bien-être des personnes visitées. On saisit cette occasion pour parler de chaque membre de la famille et

## Le service compatissant

Par Pungwe S. Kongolo

Soixante-dix d'interrégion



Pungwe S.  
Kongolo

*« Lorsque nous devenons membres de l'Église du Seigneur, nous devons avoir de l'amour les uns pour les autres, car si nous avons de l'amour, nous serons appelés disciples du Seigneur. »*

En mars 2013, j'ai participé à la réunion de formation des dirigeants de la prêtrise au cours de laquelle Dieter F. Uchtdorf a déclaré que si nous voulons quitter la pauvreté, nous devons observer ces trois choses :

- Payer une dîme complète et honnête
- Payer une offrande de jeûne généreuse
- Rendre un service compatissant

Mes chers frères et sœurs, mon message concerne le troisième point du président Uchtdorf, à savoir : le « service compatissant ».

Le service compatissant est un service entouré d'amour sincère et profond envers autrui. Lorsque nous devenons membres de l'Église du Seigneur, nous devons avoir de l'amour les uns pour les autres, car si nous avons de l'amour, nous serons appelés disciples du Seigneur (Jean 13:34-35). En tant que disciples du Seigneur, nous avons un devoir impérieux de modeler

comment ils se portent, qu'ils soient présents ou non lors de la visite. Les difficultés et les joies de la vie depuis la dernière visite sont partagées et chacun est fortifié dans un véritable esprit de soins compassionnants mutuels.

Parlant à titre d'illustration en utilisant la parabole des brebis et des boucs, le Seigneur Jésus-Christ nous a enseigné la manière de servir dans son Église :

« Car j'ai eu faim, et vous m'avez donné à manger ; j'ai eu soif, et vous m'avez donné à boire ; j'étais étranger, vous m'avez recueilli ;

« j'étais nu, et vous m'avez vêtu ; j'étais malade, et vous m'avez visité ; j'étais en prison, et vous êtes venu vers moi » (Matthieu 25:35-36).

Cela semblera familier à un grand nombre d'entre vous dans des assemblées dans toute l'interrégion, parce que vous avez grandi dans une culture où c'est normal et naturel de vous efforcer d'être au courant de la situation des membres de la famille élargie et de faire ce que vous pouvez pour aider à soulager leurs afflictions. Et vous l'avez toujours fait de votre plein gré, parce que c'était la bonne chose à faire. Pour vous, c'était tout à fait normal et naturel d'être concerné et d'aider en fonction de vos capacités lorsque l'aide est nécessaire. Sans devoir vous rappeler, vous avez écouté le conseil d'Alma à ceux qui désirent être disciples du Christ de « porter les fardeaux les uns des autres, afin qu'ils soient légers » et de « pleurer avec ceux qui pleurent ; oui, et de consoler ceux qui ont besoin de consolation » (Mosiah 18:8-9).

Aujourd'hui, vous et moi, en tant que membres de l'Église, nous sommes entrés dans la « bergerie de Dieu »

et sommes « appelés son peuple » (Mosiah 18:8). Les prophètes et les apôtres vivants font appel à vous et moi pour prendre soin de nos frères et sœurs d'une manière plus élevée et plus sainte par le service pastoral. Ce faisant, l'Esprit du Seigneur nous aidera à « être les témoins de Dieu en tout temps, et en toutes choses, et dans tous les lieux où vous serez, jusqu'à la mort » (Mosiah 18:9). Nous avons la bénédiction et l'occasion d'apprendre de notre expérience commune et de notre culture des soins compassionnants mutuels dans nos collectivités. Nous pouvons appliquer cette expérience, qui fait partie de notre seconde nature, pour répondre efficacement à l'invitation de notre prophète vivant, Russell M. Nelson, à fortifier nos frères et sœurs dans l'Évangile et à édifier l'Église du Seigneur. Après avoir fait notre possible, les paroles conviviales, paisibles et réconfortantes du Sauveur nous attendent :

« Venez, vous qui êtes bénis de mon Père ; prenez possession du royaume qui vous a été préparé dès la fondation du monde...

« Je vous le dis en vérité, toutes les fois que vous avez fait ces choses à l'un de ces plus petits de mes frères, c'est à moi que vous les avez faites » (Matthieu 25:34, 40).

Je prie pour que nous puissions continuer à servir de façon normale et naturelle nos frères et sœurs dans la bergerie de Dieu et tous les enfants de Dieu sous notre influence, afin que nous puissions toujours attendre résolument le jour où nous nous réjouissons avec le Sauveur. ■

*Joseph W. Sitati a été soutenu comme soixante-dix autorité générale en avril 2009. Il a épousé Gladys Nangoni ; ils ont cinq enfants.*

notre vie sur le Sauveur. Notre vie doit être telle que personne ne puisse nier que nous aimons le Sauveur et que nous nous efforçons de le suivre et de mettre en pratique ses enseignements. Le Sauveur nous a appris le service désintéressé lorsqu'il a dit : « Vous m'appellez Maître et Seigneur ; et vous dites bien, car je le suis.

« Si donc je vous ai lavé les pieds, moi, le Seigneur et le Maître, vous devez aussi vous laver les pieds les uns aux autres ;

« car je vous ai donné un exemple, afin que vous fassiez comme je vous ai fait. » (Jean 13:13-15).

Cette Église, qui est la seule Église du Seigneur, est parfaitement organisée pour que chaque homme, chaque femme et chaque enfant puisse avoir l'occasion de faire quelques choses pour quelqu'un d'autre. Servir et faire la volonté de Dieu sont l'obligation de tous les disciples du Seigneur. Notre amour pour le Seigneur doit se traduire par le service chrétien.

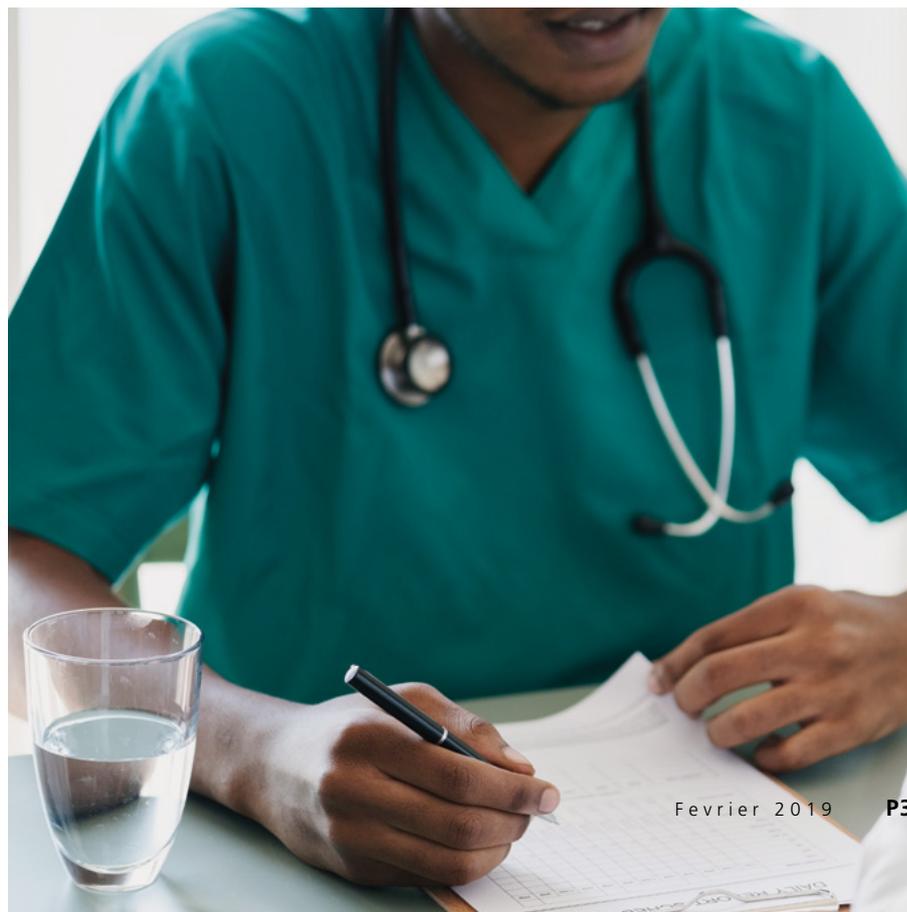
Thomas S. Monson (1927-2018) a dit : « Nous sommes entourés des gens qui ont besoin de notre attention, de nos encouragements, de notre soutien, de notre réconfort, de notre gentillesse. Nous sommes les mains du Seigneur ici sur la terre, avec la mission de servir et d'aider ses enfants. Il dépend de chacun de nous » (« Qu'ai-je fait aujourd'hui pour quelqu'un ? » *Le Liahona*, nov. 2009, 86). Nous devons le faire sans chercher de la gloire, ni pour recevoir la récompense de notre Seigneur Jésus-Christ. Les gens dans l'interrégion d'Afrique du Sud-est ont vraiment besoin de l'Évangile de Jésus-Christ, et nous savons que l'Église, qui est le royaume de Dieu sur la terre, a une

mission auprès de toutes les nations comme l'a dit le Seigneur et Sauveur Jésus-Christ : « Allez, faites de toutes les nations des disciples, les baptisant au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit. » (Matthieu 28:19-20). En suivant cette exhortation, si nous, membres de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, mettons en pratique les recommandations de notre prophète, je suis convaincu que notre service auprès des habitants de cette région va changer leur mode de vie, car le service pastoral est le meilleur moyen de s'occuper des autres et de les servir.

Pour ce faire, nous devons rechercher de l'amour. Il faudra que chacun de nous recherche diligemment cet amour pur du Christ. Comme l'a si bien dit Moroni dans le Livre de Mormon : « C'est pourquoi, mes frères bien aimés, si vous n'avez pas la

charité, vous n'êtes rien, car la charité ne périt jamais. C'est pourquoi, attachez-vous à la charité, qui est ce qu'il y a de plus grand, car tout succombera ; mais la charité est l'amour pur du Christ, et elle subsiste à jamais ; et tout ira bien pour quiconque sera trouvé la possédant au dernier jour » (Moroni 7:46-47). Voilà pourquoi nous sommes appelés à aimer nos proches, nos voisins, notre entourage et tout le monde, que ce soient les membres de l'Église ou pas. Qui sait que par notre service désintéressé, ils deviendront membres un jour.

Il y a de cela des années, j'étais médecin superviseur dans un hôpital à Lubumbashi. Un jour, j'ai reçu en consultation un jeune couple. Le mari accompagnait son épouse enceinte pour me voir. Après consultation et examen des résultats de laboratoire, j'ai mis en évidence l'anémie sévère.



Le cours normal du traitement était de faire la transfusion de sang, mais elle a refusé parce que sa foi, « Les Témoins de Jéhovah », interdisait une telle intervention médicale. À la place de cela, j'ai recommandé un traitement à base de médicaments. Ils ont avoué qu'ils n'avaient pas d'argent pour payer la consultation ou le traitement.

Connaissant leur situation financière, je suis allé à la pharmacie et j'ai acheté tous les médicaments nécessaires. Je me suis rendu à la caisse et j'ai payé les frais d'examens de laboratoire et autres frais y afférents. Lorsque je suis revenu au bureau et lui ai dit ce que j'avais fait, elle a eu les larmes aux yeux. Je lui ai dit que je savais intimement que notre Seigneur et Sauveur Jésus-Christ la soutiendrait et lui donnerait cet enfant, et que je prierais pour que cela soit ainsi. Un an après, au centre-ville de Lubumbashi, j'ai vu un couple avec un enfant venir vers moi. Ils se sont arrêtés et la femme a dit : « Docteur, voici l'enfant que vous nous avez aidé à avoir et, nous n'oublierons jamais ce que vous avez fait. Merci vraiment. » Les larmes aux yeux, j'ai pris l'enfant dans mes bras et j'ai silencieusement remercié le Seigneur.

Notre amour pour le Sauveur nous pousse à servir nos semblables quelle que soit leur affiliation religieuse. Nous devons savoir qu'ils sont enfants de Dieu et que nous avons l'honneur de leur rendre service.

Mon épouse, Séraphine, est une personne formidable. Lorsqu'elle a eu sa bénédiction patriarcale, le Seigneur lui a dit à travers le patriarche : « Vous êtes une maîtresse, un appel noble. Afin de pouvoir servir tout le monde, votre Père vous a donné cet appel

de maîtresse pour que vous puissiez le servir. Servez-le en aidant tout le monde que ce soient les membres de votre propre famille restreinte, de votre famille élargie, que ce soit du côté de la famille de votre mari, ou du côté de l'Église, nourrissez-les tous et soutenez tout le monde afin que l'œuvre de Dieu, notre Père, aille de l'avant. »

Depuis le temps qu'elle a reçu cette bénédiction, elle sert et nourrit tout le monde. Personne ne peut entrer dans notre maison et sortir sans manger ne fût-ce qu'un petit rien. Je vois mon épouse remplir son appel et faire vraiment des efforts pour que cela soit toujours ainsi. Si nous faisons tous de notre mieux pour servir les autres, l'œuvre de notre Père ira de l'avant et le monde serait meilleur parce que les membres de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours

se servent les uns les autres et servent leurs prochains.

Je sais de tout mon cœur que Russell M. Nelson est réellement le prophète de Dieu. Pendant de longues années, il a été préparé pour être là où il est aujourd'hui. Je sais aussi que l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours est le royaume de Dieu sur la terre et que le Seigneur la dirige lui-même à travers son prophète. C'est la seule Église sur la terre où la prêtrise est détenue par chaque homme digne, c'est la seule Église où un mari, détenant la prêtrise du Seigneur, peut imposer ses mains sur la tête de sa femme ou de ses enfants pour accorder la bénédiction de la prêtrise. ■

*Pungwe S. Kongolo a été appelé comme soixante-dix d'interrégion en avril 2018. Depuis 2011, il est directeur adjoint de l'hôpital général et du ministère de la santé. Il a épousé Séraphine Mugo Ngwezya ; ils ont deux enfants.*

## PAGES LOCALES

# Il y a de grandes bénédictions cachées en servant les autres

Par Sónia Naidoo

Je suis reconnaissante pour les moments dans ma vie où je puis entendre la voix de l'Esprit ouvrir mes sens, en particulier mes yeux et mes oreilles pour voir et entendre ce que Dieu, mon Père céleste, a fait pour moi et pour ses enfants autour de moi.

J'ai récemment eu l'occasion de visiter ma ville natale, Maputo, où j'ai reçu l'Évangile de Jésus-Christ en tant qu'adulte seule en 2000. Un

mois après être devenue membre, mon premier appel dans l'Église était présidente de la Primaire. À l'époque, je n'avais pas compris pourquoi j'ai reçu cet appel. À part le fait que c'était pour s'occuper des enfants pendant les heures de l'église, je ne savais rien sur la Primaire et la façon dont elle était censée être dirigée. Je ne savais absolument pas quoi faire dans cette organisation. J'ai pensé que la



qui jouait au piano pendant notre période d'échange. J'ai commencé à aimer la période de musique de la Primaire pendant laquelle j'ai pu enseigner l'Évangile aux enfants par la musique. Presque tous les dimanches, à la demande des enfants de la Primaire, nous chantions les chants de la Primaire intitulés « J'espère qu'on m'enverra en mission » et « Suis les prophètes » dans le recueil de *Chants pour les enfants*. C'étaient nos chants préférés de la Primaire. Au cours de mon service à la Primaire, j'ai appris les principes les plus fondamentaux et les plus précieux qui m'ont aidée à grandir et à comprendre la plénitude de l'Évangile rétabli de Jésus-Christ. J'ai appris à aimer mes enfants de la Primaire. Le nombre d'enfants dans ma classe de la Primaire variait de cinq à vingt, voire même parfois plus certains dimanches. Mais je me suis efforcée de connaître chaque enfant par son nom.

Je me sentais parfois accablée par le fait de pouvoir coordonner les activités du dimanche, la musique, les leçons, attribuer des tâches aux enfants pour le dimanche suivant. Mais lorsque je réfléchis à cette expérience, c'était un temps où notre Père céleste m'a aidée à être profondément ancrée dans l'Évangile. Je me suis souvent sentie aimée et utile auprès des enfants. C'était un appel très chargé, mais très enrichissant.

J'adorais les voir désireux de venir à la Primaire et ma partie favorite était les gros câlins que je recevais des enfants à la fin du temps que nous avons passé ensemble. Souvent, je n'étais jamais sûre de ma performance en tant qu'institutrice, jusqu'à ce que j'aie entendu un ou deux parents dire

présidence de branche s'était trompée dans leur choix.

Lorsque j'y réfléchis aujourd'hui, ce n'était pas un choix du président de branche. C'était un appel de notre Père céleste et de son Fils Jésus-Christ. Selon ma compréhension humaine, il y avait beaucoup de sœurs dans la branche que je pourrais pointer comme étant mieux préparées et capables de remplir cet appel. Des sœurs qui étaient des mères et qui avaient probablement plus d'expérience quand il s'agit de s'occuper des enfants d'âge différent.

Malgré mes sentiments de ne pas être à la hauteur, j'ai accepté l'appel et j'ai appris ligne sur ligne et précepte sur précepte.

Ce fut un voyage d'apprentissage et de service qui rend humble. Je me souviens de nombreux dimanches où j'étais la seule instructrice pour toute la Primaire. Ces dimanches-là, j'ai dû enseigner la musique, diriger la période d'échange et enseigner les leçons de la Primaire. La meilleure chose, c'était d'avoir toujours une sœur missionnaire d'âge mûr

que leur enfant ou leurs enfants parlent de moi chez eux. Quand j'y pense, je me rends compte que c'était l'appel le plus enrichissant dans l'Église ; il y avait là une grande nécessité et une grande occasion de service.

En 2003, je me suis mariée et j'ai déménagé en Afrique du Sud où je vis depuis 15 ans. Je visite souvent la famille élargie à Maputo une ou deux fois par an. Pendant que je suis là-bas, j'aime visiter différentes paroisses pour assister à l'église le dimanche. En tant que membre pionnière à Maputo (Mozambique), j'aime voir l'Église grandir dans mon pays d'origine. J'aime rendre visite à mes vieux amis, mes frères et mes sœurs dans l'Évangile, et rencontrer de nouveaux membres. J'éprouve une grande satisfaction de voir que mes amis sont toujours activement engagés dans cette œuvre du salut, l'Évangile de Jésus-Christ, en étant fermes et immuables dans la foi.

Je suis allée récemment à Maputo et j'ai assisté à la paroisse de Polana et de Sommershield. J'ai pu assister en partie à la réunion de Sainte-Cène à Polana, puis j'ai assisté à d'autres réunions à Sommershield. Pendant que j'étais assise dans l'assemblée, j'étais très heureuse de voir un de mes enfants de la Primaire, Vinícius, qui est maintenant un jeune adulte marié. Il était assis sur l'estrade et dirigeait la réunion de Sainte-Cène. Quand nos regards se sont croisés, nous nous sommes souri et, lorsque que j'ai regardé autour de l'assemblée, j'ai vu d'autres visages familiers, dont l'un était le frère de Vinícius. Mes yeux étaient remplis de larmes de joie de voir mes anciens enfants de la Primaire, dix-huit ans plus tard, toujours pratiquants dans l'Église. Après

le cantique d'intermédiaire, Vinícius s'est levé pour annoncer du haut de la chaire le reste du programme de la Sainte-Cène à l'assemblée. Vinícius a fait sa mission au Brésil et s'est marié au temple il n'y a pas longtemps. Il étudie actuellement à l'université et il est deuxième conseiller dans l'épiscopat de la paroisse de Polana. Les larmes aux yeux, j'ai tout de suite pensé à ces années à la Primaire où Vinícius et son frère faisaient partie des enfants de la Primaire que j'ai servis. J'ai pu imaginer dans mon esprit les choses qu'il faisait et me disait à cette époque-là.

J'ai senti le Saint-Esprit me chuchoter : « Ton service à la Primaire a fait une différence dans la vie de quelqu'un... regarde le fruit. » J'ai ressenti le plus doux sentiment tandis que je réfléchissais à ce moment. Je me suis rappelée l'Écriture que l'on retrouve dans Mosiah 2:17, qui dit : « lorsque vous êtes au service de vos semblables, vous êtes simplement au service de votre Dieu ». Mon cœur était rempli et j'étais heureuse de pouvoir être témoin du plan de notre Père céleste pour chacun de ses enfants. J'étais reconnaissante d'avoir accepté l'appel de servir à la Primaire et d'avoir fourni un effort pour apprendre la meilleure façon de servir les enfants de notre Père céleste durant mon appel. Je connais beaucoup d'autres enfants de la Primaire, comme Vinícius, qui sont fidèles disciples du Sauveur. Beaucoup ont fait des missions à plein temps et étudient actuellement afin de se préparer pour leurs futures carrières et à l'avenir aux appels dans la direction de l'Église.

Je rends témoignage que chacun de nous a une mission ici sur terre. Le

Seigneur a un but pour nous à accomplir dans cette dispensation où l'Évangile a été rétabli dans sa plénitude. Nous pouvons aider les enfants de notre Père céleste à réaliser leur plein potentiel et à retourner en sa présence en toute sécurité. Continuez à magnifier votre appel dans l'Église de votre mieux. Soyez un bon exemple ! Vous êtes peut-être la seule lumière dans la vie des enfants de notre Père céleste. ■

#### CHOISIR UN SABBAT ENRICHISSANT

## Un sabbat parfait : Trois histoires

Par Susan Gregory

*« Un effort délibéré pour rendre ce jour de notre semaine important nécessite de la préparation et de la réflexion. Cela ne se limite pas simplement à se lever à un nouveau jour, jeter un coup d'œil sur le calendrier et se rendre compte que c'est dimanche. »*

Le commandement donné à Moïse dans Exode 20:8 de sanctifier le jour du sabbat a été réitéré dans les derniers jours lorsque le Seigneur a dit à Joseph Smith en 1831 : « Et les habitants de Sion observeront également le jour du sabbat pour le sanctifier » (D&A 68:29). Lors de la conférence générale d'avril 2015, le président Nelson a dit : « Nous devons nous poser la question suivante : Après ce que j'ai entendu et ressenti pendant cette conférence, que vais-je changer ?

Quelle que soit votre réponse, je vous invite aussi à examiner vos sentiments vis-à-vis du jour du sabbat et votre comportement en ce jour-là » (« Le sabbat est un délice », *Le Liahona*, mai 2015, 129).

Tout récemment, nos dirigeants de l'interrégion d'Afrique du Sud-est nous ont invités à « **améliorer le respect du jour du sabbat au foyer et à l'Église** » dans le cadre du plan de l'interrégion.

Alors, que constitue un « jour du sabbat parfait » et comment peut-on en faire une réalité ?

Un jour du sabbat parfait signifie différentes choses pour différentes personnes :

Une mère d'enfants en bas âge peut songer à la paix et à la tranquillité, à la sieste pour elle *et* ses enfants.

Un membre célibataire solitaire peut envisager la possibilité d'avoir de la compagnie, une personne à qui parler, peut-être même une invitation pour le déjeuner.

Une mère seule qui travaille pendant de longues heures peut anticiper avec impatience de passer du temps avec ses enfants ou de se reposer du stress de la survie quotidienne.

Une famille en partie membre peut se débattre pour s'assurer que tout le monde est heureux tout en vivant l'Évangile et en enseignant aux enfants les principes corrects.

Quelles que soient nos circonstances, le jour du sabbat apporte un sentiment de paix, de croissance spirituelle, de calme, d'amour, de repos, d'apprentissage, de service, de pouvoir aider et de nous tourner vers les autres.

Lorsque je me suis entretenue avec quelques membres, tous m'ont dit que le secret d'un sabbat enrichissant,

c'était la planification, la préparation, la persistance et la prière. Les enfants de la Primaire le savent déjà :

*Samedi est très bien rempli :  
il faut tout préparer pour  
dimanche.*

*Pour laisser tout travail jusqu'au  
lundi,  
Il y a bien du pain sur la planche.*

*Le nettoyage et puis les achats,  
Préparer les habits du dimanche,  
Puis on prend un bain, on s'occupe  
de soi.*

*Alors on est prêt pour le sabbat.*  
(« Samedi », *Recueil de chants pour les enfants*, 105)

Voici trois histoires de quelques-unes des personnes avec qui je me suis entretenue ; trois façons dont le jour du sabbat est devenu plus enrichissant ; trois familles où les témoignages de l'Évangile de Jésus-Christ ont été approfondis.



### Première histoire, d'un converti :

« Aller d'une journée de paresse, en commençant par un brunch et faire des courses, passer du temps à lire les journaux, à regarder la télévision ou à m'allonger au bord de la piscine en été..., à passer trois heures à l'Église le dimanche et à essayer de sanctifier le jour du sabbat était un grand changement pour moi. Réduire les courses, c'était facile et ça m'a, en fait, permis de faire des économies. Comme j'avais tellement peur de manquer de provisions, j'ai commencé à dresser des listes et à planifier des repas au lieu de remplir sans but un chariot de supermarché.

« C'était plus difficile de ne pas regarder la télévision et de ne pas passer du temps à la piscine stupidement ! Le premier dimanche, nous sommes rentrés de l'Église et nous nous sommes dit : 'Eh bien, que fait-on maintenant ?' La journée était longue et, comme tout le monde est allé au lit, très insatisfait après une longue journée ennuyeuse, j'ai su que je devais faire quelque chose rapidement ! Nous avons emprunté des vidéos de l'Église auprès des membres et c'était un point de départ qui a conduit à des discussions sur l'Évangile. Aujourd'hui, le site Web de l'Église a suffisamment de contenu pour nous tenir occupés durant le reste des dimanches !

« Regarder les vidéos de l'Église n'était toujours pas une solution à long terme. Nous avons donc organisé une soirée familiale le 'jour du sabbat' et nous avons posé à nos enfants la question de savoir ce qu'ils aimeraient nous voir faire. Chaque suggestion a été mesurée par rapport à la norme du sabbat et l'attitude des enfants est passée de 'tout ce que nous ne

pouvons plus faire' à une longue liste de 'choses que nous pouvons faire'.

« Le fait de simplifier nos repas a marqué le début d'une merveilleuse tradition familiale qui consistait à prendre, à notre retour de l'Église, un repas sain déjà préparé et puis, en début de soirée, nous préparions tous ensemble le dessert pour le souper. Tous les enfants, garçons et filles, ont appris à faire la cuisine et de la pâtisserie de cette façon ! (Les gaufres et les crêpes sont devenus nos menus favoris !)

« Lorsque j'y réfléchis, la plupart des meilleurs souvenirs de notre famille proviennent de merveilleux dimanches que nous avons passés ensemble à jouer à des jeux de société, à fortifier nos relations, à manger des plats délicieux, à apprendre et grandir dans l'Évangile. Parfois, nous décidions d'inviter chez nous une famille pour un déjeuner la semaine suivante. Mais grâce à notre planification, nous choissions des choses adaptées à leur différent âge, et nous avons appris aux enfants à prendre soin des autres, à planifier et à faire preuve de considération. »

### **Deuxième histoire, d'une jeune mère :**

« Lorsque je grandissais dans l'Église, je pensais que le sabbat merveilleux et enrichissant arrivait tout simplement. Maintenant, je me rends compte que mes parents fournissaient des efforts pour ça ! En tant que jeune couple, c'était aussi facile, mais lorsque nous avons eu des enfants, c'était la pagaille. Nous étions toujours en retard à l'Église. Les après-midis étaient gaspillés et les soirées remplies de soulagement que la journée était presque terminée et

que nous pouvions aller nous coucher ! Qu'est-il arrivé aux merveilleux dimanches enrichissants ?

« Eh bien, j'ai appris à planifier et, ce faisant, j'ai décidé de :

- Vérifier auprès des enfants chaque dimanche sur le chemin de retour de l'Église pour voir qui a reçu une tâche à la Primaire pour la semaine suivante. Prendre note et préparer ce jour.
- Trouver les chaussures de tout le monde le samedi soir ; trier les vêtements que chacun veut porter et les apprêter.
- Passer en revue le discours/l'Écriture assignés pour la Primaire le samedi, mettre une copie de réserve dans mon sac et prévoir d'être présente à la Primaire avec eux.
- Planifier et préparer le déjeuner du dimanche le samedi pour qu'à notre retour de l'Église qu'il soit prêt. Les cris des enfants (et des maris !) affamés peuvent gâcher une belle journée !

« Le samedi soir et le dimanche matin, je prie spécifiquement pour que ma famille apprenne et se rapproche davantage du Sauveur, et pour que nous puissions profiter du sabbat comme un jour séparé du monde et nous concentrer sur notre héritage divin. »

### **Troisième histoire, d'une sœur retraitée qui vit avec son fils non pratiquant et sa belle-fille non-membre :**

« Comme mon fils et sa femme travaillent, je dois prévoir du temps à passer avec ma famille les samedis et aussi me préparer pour le sabbat ; il

me faut donc planifier. J'essaie d'assister à la première session du temple le samedi matin. Cela me donne un bon départ et je passe ensuite le reste de la journée de samedi avec la famille.

« Le dimanche de jeûne, je me détache des activités familiales le samedi après-midi et je passe du temps dans ma chambre à écouter de la musique de l'Église, à préparer les leçons du lendemain, à lire des Écritures et à écrire dans mon journal. Je n'ai pas besoin de préparer le repas du dimanche, mais je choisis toujours les vêtements que je vais porter le lendemain et je m'assure de les repasser et de les apprêter.

« C'est vraiment important pour moi de donner un bon exemple à ma famille et de leur montrer la joie que je trouve en sanctifiant le jour du sabbat pour qu'un jour ils viennent à l'Église avec moi. »

### **Finalement, planifier un sabbat enrichissant**

L'expression « Une planification préalable permet d'éviter les mauvaises performances » s'applique tout particulièrement à notre observance du jour de sabbat. Un effort délibéré pour rendre ce jour de notre semaine important nécessite de la préparation et de la réflexion. Cela ne se limite pas simplement à se lever à un nouveau jour, jeter un coup d'œil sur le calendrier et se rendre compte que c'est dimanche.

Et, même si les choses ne se passent pas comme prévu, nous serons toujours mieux préparés à relever ces défis et à tirer profit des leçons incroyables qui résultent de la bénédiction que nous accordons à nos efforts. ■